

ВЕСТА[®] *elle* 16+

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Декабрь

№ 12 (271) 2017

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации
по печати. Рег. № 014813
от 15. 05. 1996 года.

Главный редактор Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

11 ноября 2017 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 11 ноября 2017 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.

Заказ № 3989.

Тираж 248700 экз.

Тираж 458650 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

П2181,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Марина
г. Воронеж

КОСМЕТИКА

- Маска праздничная.
- В Новый год с чистым лицом.
- Макияж без теней.
- В позе собаки. ● Зона, свободная от рук.
- На боку — для здоровья, на спине — для красоты.
- Как избавиться от прыща.
- Генеральная чистка.
- Упражнения для щек.
- Вирусная щетка. ● Почистите кожу изнутри.

САЛОН КРАСОТЫ

- Прически к празднику.
- Экономим время.
- Ополаскивание шампанским.
- Поменяйте шампунь.
- Глубокое кондиционирование.
- Ежемесячная стрижка.
- Укладка только со спреем.
- Шампунь для роста волос.
- Профилактическое ополаскивание.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Масляный массаж.
- Схожий состав — одно средство.
- Душистый скраб для тела.
- Основа универсальной маски.
- Чего-то хочу, а чего — не знаю.
- Платье по фигуре.
- Подходящее украшение.
- На пути к стройной фигуре.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

- Народные средства при лечении пневмонии, синяков, гидрагемита, геморроя, кашля, диабета.
- Чудо-мазь из каланхоэ.
- Чем полезна клюква?
- Как приготовить мазь из яйца и уксуса.
- Зеленая аптека: дымянка лекарственная.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Как можно испортить праздник.
- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Накидка-трапезия с капюшоном и кардиган со встречными жгутами, связанные на спицах, пончо из квадратов, связанное крючком.
- Наряд за один вечер.
- Сверкающая толстовка.
- Для тепла и красоты. ● Легче, чем кажется.
- Новогодние подарки и сувениры.

ВАШ СТИЛЬ

- Новогодняя феерия.
- К ВАШЕМУ СТОЛУ
- 17 рецептов праздничных блюд.

ХОЗЯЮШКЕ

- Праздничная сервировка.
- Ледяные шары.
- Добавьте соли.
- Корейка на горячее.
- Как две половинки.
- Чистите ложкой.
- В ложе из фольги.
- Украшение для пирога.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Вот это попала!

ИНТЕРЬЕР

- Праздничная атмосфера.

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

- Цветы на праздничном столе.
- Новогодние красавицы и зимние холода.
- Подставка. Так ли уж она нужна?
- Новогодние композиции.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- В ожидании праздника.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 декабря по 15 января.
- 2018 годом будет управлять Венера.
- Календарь причесок на 2018 год.
- Тест. Что с нами происходит накануне Нового года.
- Встречаем год Желтой Земляной Собаки.

ИСТОРИЯ ВЕЩЕЙ

- Что человеку ближе — коньки или лыжи?

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на январь.

ВЕЛИКИЕ СКАЗОЧНИКИ

- Музы и загадки «случайного» сказочника.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Сюрприз!
- Плюс 10 лет — опыт, минус — молодость.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Лариса Маркиянова. В новогоднюю ночь.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Старый символ Рождества... ● Примадонны...
- Не просто красавица, но еще и умница.
- Не станьте заложниками своих детей. ● Зимний аромат.
- Теплые украшения. ● Зимнее обжорство.
- Никакого жира! ● Не грозит ли вам развод?
- «Зимняя вишня». ● Елка от принца. ● Чем пахнет ДНК?
- Женщины и мужчины с мозгами «чужого».
- И многое другое.



2018 ГОДОМ БУДЕТ УПРАВЛЯТЬ ВЕНЕРА — ПЛАНЕТА ЛЮБВИ И КРАСОТЫ

2018 год будет проходить под управлением Венеры и Желтой Земляной Собаки. А Венера покровительствует преимущественно женщинам. Эта планета приносит удачу в любви, способствует укреплению достатка, супружеских уз, партнерских и дружеских отношений. В год Венеры чаще рождаются девочки. Можно ожидать новых направлений в моде, литературе, искусстве, а также новых перспектив в сфере творчества.

ОВЕН. 2018 год ожидается насыщенным. Многим предстоит напряженная работа. Некоторые рожденные под знаком Овна смогут реализовать свои проекты. Правда, не исключены сложности в работе и отношениях с партнерами. В финансах ожидается стабильность. Личные отношения будут зависеть от вашей инициативы, поддержки и находчивости. Однако звезды советуют находить время для отдыха и вовремя обращаться к врачу.

ТЕЛЕЦ. В наступающем году рожденным под знаком Тельца будет сопутствовать удача в карьере, любви и творчестве. В начале года предприниматели могут столкнуться с юридическими проблемами. Во второй половине года вы сможете найти новую работу, открыть новый бизнес и наладить личную жизнь. В финансах ожидается стабильность. А чтобы сохранить здоровье, старайтесь правильно питаться.

БЛИЗНЕЦЫ. Для вас 2018 год ожидается успешным. Напряженность, характерная для начала года, ослабнет лишь к апрелю. А до того времени расходуйте свои материальные и духовные ресурсы экономно. Весной вы ощутите прилив энергии, что принесет успех в любых начинаниях. С финансами проблем не ожидается. Будьте внимательны в расходах и постарайтесь расстаться с вредными привычками.



РАК. Рожденным под знаком Рака следует быть очень внимательными при решении финансовых и материальных вопросов. Возможны неоправданные траты, финансовые потери. Весной возможны обострения отношений с окружающими, конфликты в семье, которые могут привести к ухудшению здоровья. Во второй половине года есть шансы обрести новых друзей, высоких покровителей, а также укрепить финансовое положение.

ЛЕВ. Звездные влияния 2018 года сулят многим Львам профессиональный рост, открытие личного бизнеса или нового предприятия, крупные покупки. В первой половине года будьте осторожны, рассматривая предложения и подписывая документы. Ошибки в делах могут отразиться на вашей финансовой стабильности. Весна и лето принесут оживление в личную жизнь. А осенью укрепится не только здоровье, но и финансовая ситуация.

ДЕВА. В 2018 году многим из рожденных под знаком Девы придется заниматься претворением в жизнь новых планов и развитием бизнеса. В финансовом отношении этот год обещает быть благоприятным. Возможно возобновление отношений с родственником, живущим в другом городе. Много забот принесут дети. Здоровье не подведет, однако летние месяцы не очень благоприятны для дальних поездок, звезды советуют быть осторожными.

ВЕСЫ. В 2018 году у многих возможен активный карьерный рост, а личная жизнь будет полна тревог. Некоторые получат возможность улучшить жилищные условия, приобрести недвижимость, сделать ремонт. К концу года большинство проблем будут разрешены. Финансовая ситуация ожидается стабильной. Большая часть расходов будет связана с семейной жизнью. Здоровье не будет внушать тревог, но излишества стоит исключить.

СКОРПИОН. Для дел наиболее благоприятна первая половина года, а также ноябрь и декабрь. Возможно появление серьезных партнеров, укрепление финансового положения. В конце года может поступить интересное предложение, которое сулит успех и финансовое благополучие. Люди одинокие смогут встретить свою любовь, вступить в законный брак. Окрепнут связи со старшими родственниками.



Серьезных проблем со здоровьем не предвидится.

СТРЕЛЕЦ. Пылкие романы и увлечения в первой половине года могут создать проблемы во взаимоотношениях с окружающими. Если во второй половине года вы серьезно возьметесь за работу, к концу года финансовая ситуация у вас стабилизируется, а семейные неурядицы разрешатся. В финансовом отношении год может быть нестабильным, а ваш энергетический потенциал невысоким. Берегите здоровье, ведите исключительно здоровый образ жизни.

КОЗЕРОГ. В первой половине года конфликты с партнерами, коллегами или с начальством могут негативно отразиться на финансах. Во второй половине года появятся шансы получить хорошее место работы. Возможно, придется воспользоваться финансовой помощью родственников и близких людей. Личная жизнь будет нестабильна, а здоровье ослаблено. Возможны проблемы с желудком, сердцем, нервной системой.

ВОДОЛЕЙ. Начало года пройдет в хлопотах и тревогах, однако вы сумеете перенести все неприятности. Весна подарит волнующее приключение. Летом не принимайте важных решений, а хорошо отдохните. Осенью могут возникнуть проблемы с ремонтом, недвижимостью. Осенние поездки могут сорваться, крупные капиталовложения не принесут прибыли. В декабре появятся шансы реализовать многие планы. Болезни обойдут Вас стороной.

РЫБЫ. В течение года ваши планы придется не раз менять. В сложных ситуациях можете смело рассчитывать на поддержку старых друзей. Финансовая ситуация будет стабильной, но будьте осмотрительны в тратах. Год будет успешным для новых знакомств. Ваш энергетический потенциал будет высоким, однако возможны проблемы с суставами и сосудами. Не забывайте о профилактике этих заболеваний и не пренебрегайте советами врачей.

Астролог-консультант
Николь БУРА

Это интересно ЧТО ЧЕЛОВЕКУ БЛИЖЕ — КОНЫКИ ИЛИ ЛЫЖИ?

**Там, где есть снег и лед,
обязательно появятся лыжи
и коньки.**

Меткое историческое наблюдение

Из энциклопедии можно узнать, что лыжи и коньки — это «спортивный и прогулочный инвентарь, представляющий совокупность специализированных ботинок и скользящих устройств для передвижения по снежной или ледяной поверхности». Но это характеристика современная. А ведь когда-то этот «спортивный и прогулочный инвентарь» был необходим как средство выживания, и за тысячу лет верного служения человеку вполне достоин приличного по размерам памятника...

ОХОТНИКИ ИЗ-ПОД ОДЕССЫ

Самыми древними воинами и охотниками на коньках, по данным археологии, следует считать киммерийцев, обитавших в Причерноморье. Найденные на берегу Южного Буга, недалеко от Одессы, две пары коньков, сделанные из фаланг передних конечностей лошади, датируются примерно 1200 годом до нашей эры (бронзовый век).

Изготовление их было достаточно несложным: кость стачивали с одной стороны, а на концах ее делали специальные отверстия для крепления к обуви. Киммерийские охотники мастерили их для того, чтобы быстро передвигаться по льду замерзающего зимой Днепровского лимана во время охоты — даже столь примитивные конструкции давали выигрыш в скорости.

Костяные коньки пользовались большой популярностью у народов практически всех северных стран — Нидерландов, Дании, Англии, Норвегии, Швеции, России. Правда, северяне Сибири и Китая выбрали иные материалы для коньков: сибиряки — моржовый клык, китайцы — стволы бамбука.

БИАТЛОНИСТЫ КАМЕННОГО ВЕКА

По возрасту лыжи, в сравнении с коньками, конечно старше — это один из самых древних способов передвижения, который изобрели люди. Вполне возможно, что и самый древний: в какой-нибудь жаркой стране, где люди не знают, что такое снег, изобретатель лыж мог оказаться



непонятым гением и тогда ему пришлось изобретать колесо.

Поначалу предки, вероятно, использовали что-то типа снегоступов. Эти приспособления постепенно изменялись и наконец приняли форму скользящих лыж, что позволило значительно увеличить скорость движения. Произошло это в эпоху палеолита — 15-20 тысяч лет назад. А во время неолита (12-9 тысяч лет назад) люди уже не только ходили на лыжах, но и запечатлевали «лыжные» сценки в наскальных рисунках, например, в пещерах Норвегии, у берегов Онежского озера и Белого моря. Примерно в 12 тысяч лет определили археологи «возраст» одного из таких наскальных рисунков — лыжник с топором. По некоторым предположениям, это был первый в мире... биатлонист!

Первобытному человеку нельзя отказать в наблюдательности и изобретательности: уже в глубокой древности он стал применять лыжи, обтянутые снизу шкурой лося, нерпы или камусом (шкурой с ноги оленя), что позволяло избежать проскальзывания при подъеме в гору...

ВСЕДОСТУПНЫЕ...

Первые документальные упоминания об использовании европейцами скользящих лыж относятся к VI-VII векам. Причем, авторы этих документов — самые разные: готский монах, греческие историки, византийские писатели и хронисты. И география упоминаемых ими мест и народов весьма широка, а описания лыж и их использования в быту и на охоте довольно подробно.

В документах Древней Руси слово «лыжи» встречается с XII-XIII веков, в том числе и в переписке Владимира Мономаха. Вполне «работоспособные», в общем-то похожие на современные (длина — 1,92 м, ширина — 8 см), но еще далеко не совершенные лыжи были обнаружены при раскопках в Новгороде в слое XIII века, причем не на княжеском подворье, а в месте, где проживал простой люд, что говорит о широком распространении в древнем Новгороде не только грамотности, но и лыж.

Однако «лыжным» был не только Новгород, а практически вся Русь — природа и хозяйственные нужды к тому весьма располагали. Шведский дипломат Пальм, побывавший в XVII веке на Руси, писал, что чуть ли

не каждый москвитин имеет лыжи и умеет быстро на них передвигаться.

...Но, несмотря на жизненную необходимость лыж для многих народов и широкое их использование, в течение долгих веков, вплоть до XIX, лыжи совершенствовались мало и медленно — не позволял технический уровень того времени.

ГОЛЛАНДСКАЯ «РЕВОЛЮЦИЯ»

Примерно в середине XII века в Голландии появились новые коньки — пока еще нечто среднее между древними образцами из кости и будущими «фигурками» и «хоккейками». Конек стали изготавливать из деревянной основы, к которой прикреплялись металлические заточенные полозья — из бронзы, железа, позже — стальные.

Это было революционным изобретением: благодаря ему конькобежцы избавились от палок и стали кататься только за счет мускульной силы. Голландцы же разработали и новую технику катания, которая представляла собой «вальжный прокат в форме удлинённой буквы S».

Хотя первенство в коньковом деле несколько веков держали Голландия и Исландия, впереди планеты всей неожиданно оказалась Шотландия. В ее столице, Эдинбурге, в 1604 году открылся первый конькобежный клуб!.. Интересный момент: чтобы стать членом клуба, надо было сдать экзамен — прокатиться по льду на одной ноге, перепрыгнуть через лежащие предметы и поднять на бегу мелочь со льда.

На Руси интерес к конькам во время монголо-татарского ига приугас. Вновь они пришли к нам уже из-за границы. А раз так, то, сами понимаете, без Петра I тут никак обойтись не могло!..

ПЕТР БЫЛ ПЕРВЫМ!

Одной из давних «коньковых» проблем было создание надежного и удобного крепления их к обуви. Лучшие умы человечества много веков бились над ней. И приоритет в решении этой задачи почему-то присваивают себе американцы.

По их версии, прикрепить металлические лезвия намертво к ботинку первым догадался американец Джексон Хейнз в конце XIX века. А дело было так.

...Хейнз, танцор и конькобежец, объединил то и другое и создал собственный стиль катания: езда под музыку, танцевальные движения и «волчки» на льду. Крепления, соединявшие коньки и обувь, не выдерживали таких нагрузок, и тогда фигурист решил просто привинтить лезвия к подошвам обуви...

Мы, конечно, рады за изобретательного Хейнза, но идея его оказалась на тот момент не новой. За полтора столетия до него русский царь Петр I, находясь с посольством в Голландии, обратил внимание на повальное увлечение амстердамцев катанием на коньках. Всегда открытый к новому, Петр Алексеевич тут же опробовал заморскую диковину, быстренько освоил технику движения и, поняв, где кроется главный изъян, так же быстренько придумал новый способ крепления коньков — приклепал их прямо к сапогам!

...По возвращении из Европы в Россию царь приказал всем повально увлечься полезным для здоровья катанием, а для обеспечения увлечения — наладить производство коньков в Туле. Между прочим, через двести с лишним лет при строительстве Московского метрополитена были найдены цельнометаллические короткие, довольно тяжелые коньки с изогнутым лезвием, сделанные тульскими умельцами.

Справедливости ради отметим, что в катание на лыжах государь-реформатор никаких новшеств не внес...

ПЕРВЫЕ ФИГУРИСТЫ...

Кстати, в международный спорт слово «коньки» пришло из русского языка. Передняя часть деревянных коньков украшалась стилизованной конской головой, отсюда и ласковое название, уменьшительное от слова «конь».

Между прочим, коньки, все предыдущие тысячелетия «отстававшие» от лыж, к XIX веку превратились в одно из любимейших развлечений во всех странах, где есть зима — и для знати, и для простых людей. Со школьной скамьи мы помним у Пушкина: «Мальчишек радостный народ Коньками звучно режет лед...» Во времена Александра Сергеевича ледовое катание происходило чаще всего «по зеркалу стоячих, ровных рек», а также «по зеркалу» каналов и садовых прудов, чья все-таки не очень ровная поверхность создавала определенные неудобства. Но в 1842 году произошло эпохальное событие, сравнимое с предыдущей голландской революцией — лондонец Генри Кирк залпил первый каток на специально подготовленной площадке. И тут началось!..

Повсеместно стали открываться конькобежные клубы, объединявшие в одно братство любителей скоростного бега и фигурного катания. Кстати, первоначально «фигурное» катание представляло собой состязание по мастерству вычерчивать на льду разнообразные фигуры — круги, «змейки», «восьмерки», сохраняя при этом красивую позу.

А через полвека, в 1896-ом, в Санкт-Петербурге состоялся первый чемпионат мира по фигурному катанию! Конечно, коньки еще не были тогда такими, как сегодня, и сами фигуристы занимались их усовершенствованием. В связи с этим в начале XX века «спорили» между собой три великих фигуриста, точнее — их коньки. Уже упоминавшийся нами Джексон Хейнз катался на коньках с закругленным носком (типа советских «снегурков»). У первого российского олимпийского чемпиона Николая Панина Коломенкина коньки были с острым упором, напоминавшим иглу циркуля. А у



шведа Ульриха Сальхова конек был снабжен зубцом — правда, в изобретенном им знаменитом прыжке зубец как раз и не участвует!..

...И ПЕРВЫЕ ЛЫЖЕБЕЖЦЫ

«Отцом» лыж в Норвегии считают Сондре Норхейма, многое сделавшего для развития лыжного спорта. С его именем связаны и первые в истории лыжные соревнования с призами, прошедшие в Норвегии в 1868 году.

...Зрители, сами через одного неплохо владеющие лыжами, затаив дыхание, следили, как Норхейм без палок плавно скользил по склону, как, преодолев горку, совершил прыжок метров на 15-20, приземлился с согнутыми коленями и закончил выступление эффектным разворотом. С этого зрелища и

началась новая эпоха для лыж.

К концу XIX века лыжи смогли догнать младших братьев по популярности. Стал официально существовать лыжный спорт.

В России в 1910 году лыжные клубы Москвы объединились в Московскую лигу лыжебежцев. В том же году 7 февраля 12 лыжников из Москвы и Петербурга разыграли первый личный чемпионат страны в лыжной гонке...

ЛЫЖНЯ ДЛЯ... КОНЬКОБЕЖЦЕВ?

За последние где-то полвека лыжи и коньки не только значительно изменились и усовершенствовались, они еще и активно проникли в другие сферы досуга и спорта, а также взаимообогащали друг друга. Водные лыжи и фристайл, скайборды и скейтборды, роликовые коньки и лыжероллеры, синхронное фигурное катание и «коньковый» бег у лыжников... Что же нам предложить спортсмены и любители завтра?

Кстати, фанаты лыж уже кое-что интересное и неожиданное предложили! Например, в Швеции в 2008 году соорудили самые длинные в мире лыжи — 534-метровые, на которые встали сразу 1043 лыжника и... неторопливо, под команду отставного шведского прапорщика «Левой, правой! Левой, правой!» двинулись к финишу!

Не смогли удержаться от «лыжного» соблазна и дизайнеры: взяли да и разработали лыжи стоимостью 62 000 долларов — но цена их определилась не какими-то невероятными материалами или хитроумными креплениями, а тем, что они... покрыты золотом и украшены бриллиантами. Спрашивается: им что, бриллианты девать больше некуда?!

Подготовил Виктор КАЧАЕВ по материалам:

В. Кудрявцев, Ж. Кудрявцева. История двух деревянных подошв; Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона; А. Левина. Краткая история возникновения коньков; и Интернет-сайтов



Салон красоты ПРИЧЕСКА К ПРАЗДНИКУ

Обычно подготовка к новомуднему празднику занимает столько времени, что сходить в парикмахерскую и сделать праздничную укладку вообще некогда.

Но ничто не мешает при минимуме усилий соорудить себе красивую прическу дома...



...НА ДЛИННЫХ ВОЛОСАХ

● Проведите прямой пробор до макушки, отделите посередине пробора с одной стороны небольшую прядь, заплетите из нее косу. Вторую такую же — с другой стороны пробора, соедините их на затылке и закрепите тонкой резинкой.

● Ближе к уху отделите еще одну прядь и, отступив от начала, начните плести из нее косу над ухом, повторите с другой стороны, соедините их на затылке вместе с верхними косичками и закрепите резинкой.

● Половину свисающих свободно волос закрепите тонкой резинкой ниже кос.

● Все волосы соберите и, немного отступив от кончиков, завяжите резинкой.

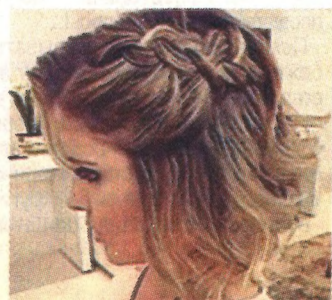
● Захватив кончики волос пальцами, скрутите хвост валиком и прикрепите полученный пучок к завязанному на затылке резинкам шпильками.

Оставшиеся у лица свободные пряди накрутите и чуть-чуть сбрызните прическу лаком.

...НА КОРОТКИХ ВОЛОСАХ

Если у вас волосы длиной до плеч или стрижка каре, вы тоже можете сделать себе необычную прическу. Выбирайте, будут это жгуты или косы, пучки или начес. Главное в прическе на коротких волосах — легкая небрежность и выделенные воском свободно свисающие прядки.

Особенно красиво такие прически смотрятся на волосах, окрашенных в технике балаяж.



ЭКОНОМИМ ВРЕМЯ

Вам не хватает времени, чтобы накрутить волосы на бигуди? Есть способ получить локоны быстро. Завяжите волосы в высокий хвост на темени, разделите на две пряди и накрутите поочередно, пользуясь щипцами. Теперь развяжите хвост и разберите пряди руками. У вас получатся замечательные локоны.



ОПОЛАСКИВАНИЕ ШАМПАНСКИМ

Многие звезды ополаскивают волосы шампанским. Почему бы и нам не использовать для красоты волос оставшийся от вечеринки напиток, тем более, что он действует лучше, если из него выветрился углекислый газ. Француженки обычно либо ополаскивают волосы шампанским, либо добавляют к нему отвары трав: для светлых волос — цветков ромашки, календулы или бузины, для темных — липового цвета с березовыми листьями, розовых лепестков или листьев черной смородины. Чтобы приготовить отвар, 1 ст. ложку растительного сырья залейте 1 стаканом кипятка, подержите на водяной бане 10 минут, затем дайте остыть и процедите. А теперь добавьте к отвару не менее 100 мл шампанского, а лучше смешайте отвар и напиток в равных частях.

ПОМЕНЯЙТЕ ШАМПУНЬ

Уход за волосами зимой имеет свои особенности. Профессионалы советуют зимой использовать шампунь от перхоти, даже если ее у вас нет. Ведь сухой воздух в помещении и холодный на улице сильно иссушает кожу головы, она перестает вырабатывать достаточное количество кожного сала, а это может привести к образованию перхоти. Кроме того, кожа головы потеет под шапкой, пот ее раздражает и тоже может вызвать образование перхоти. Поэтому проще перейти на специальный шампунь, чтобы не допустить появления перхоти, чем потом избавиться от нее.



ГЛУБОКОЕ КОНДИЦИОНИРОВАНИЕ

даст вам маска из 2 яиц, 1 ст. ложки касторового масла, 1 ст. ложки меда и пюре из банана средней величины. Смешайте перечисленные ингредиенты, нанесите их на вымытые и подсушенные волосы, оберните голову полиэтиленовой пленкой, а поверх нее полотенцем. Через 2 часа смойте маску теплой водой. Если вам покажется, что волосы жирноваты, вымойте голову еще раз.

Проводить глубокое кондиционирование следует 1 раз в неделю.



ШАМПУНЬ ДЛЯ РОСТА ВОЛОС

вы можете изготовить в домашних условиях. Добавьте во флакон детского шампуня объемом 250-300 мл с нейтральным pH по 10 капель эфирного масла розмарина, лимона и содержимое двух капсул масляного раствора витамина Е. Закройте флакон и хорошенько взболтайте, чтобы перемешать содержимое. Мойте голову таким улучшенным шампунем через день, наносите и оставляйте шампунь на пять минут на волосах, чтобы полезные добавки успели подействовать.

Розмарин стимулирует кровообращение в коже головы и укрепляет волосы, масло лимона активизирует волосяные фолликулы и, обладая антисептическим эффектом, предотвращает появление перхоти, а витамин Е ускоряет рост волос.



УКЛАДКА ТОЛЬКО СО СПРЕЕМ!

Зимой ходить без головного убора холодно и вредно, а носить его значит распрощаться с укладкой — под шапкой волосы сплюсываются и как будто прилипают к голове. Но вы можете сохранить объем, если станете использовать перед укладкой спрей для объема или спрей с морской водой. Они добавляют волосам жесткости, помогая сохранить хотя бы часть объема. Наносите спрей опустив голову вниз, чтобы он попал на самые корни. И берите спрей с собой, чтобы «взбодрить» укладку, когда снимете головной убор.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОПОЛАСКИВАНИЕ

Залейте 0,5 стакана сухих цветков ромашки и кожуру 1 апельсина 2 стаканами воды, доведите до кипения и оставьте на самом слабом огне или водяной бане на 7 минут. Когда отвар остынет до теплого состояния, процедите его, добавьте 0,5 стакана яблочного уксуса и перемешайте.

Хорошенько ополосните отваром только что вымытые волосы, отожмите их и оставьте на пять минут в покое, чтобы полезные вещества впитались. Затем ополосните волосы проточной водой и дайте высохнуть естественным путем.

Яблочный уксус удаляет мертвые клетки кожи, предотвращает появление перхоти. Ромашка и апельсин добавляют волосам мягкости, блеска и шелковистости, сохраняя их здоровыми. Ополаскивайте волосы средством, приготовленным по приведенному рецепту, после каждого мытья.



Подготовила Галина УШАКОВА



ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ СТРИЖКА

особенно важна зимой, чтобы вы могли встретить весну с красивой шевелюрой здоровых волос. Практически любые волосы зимой настолько иссушаются, что начинают сечься, а убрать посеченные кончики можно только стрижкой. Парикмахеры советуют состригать кончики волос зимой чаще, чем в другое время года — не раз в два месяца, а каждый месяц. Такая стрижка оздоровит волосы, и они будут понемногу расти даже зимой, а весной вообще бурно пойдут в рост.



МАСКА ПРАЗДНИЧНАЯ

Смешайте пюре из четвертинки авокадо с 1 ч. ложкой меда, если у вас нет на него аллергии, до однородного состояния, поставьте состав в холодильник на 10 минут, затем нанесите на кожу лица и шеи на 1 час. Смойте маску водой комнатной температуры и нанесите увлажняющий крем. Маска питает, разглаживает и увлажняет кожу любого типа, добавляя ей молодости и сияния.

В НОВЫЙ ГОД С ЧИСТЫМ ЛИЦОМ

Чтобы в праздник лицо сияло свежестью, молодостью и красотой, начать следует с очищения, поэтому мы предлагаем вашему вниманию два скраба домашнего производства.

● Выдавите сок из четвертинки апельсина или четвертинки лимона, добавьте 1 ст. ложку пищевой соды. Для сухой и увядающей кожи добавьте 1 ст. ложку натурального йогурта.

Нанесите маску-скраб на кожу лица кисточкой в несколько слоев, оставьте на коже на 5 минут, затем смойте теплой водой.

Кислота цитрусовых растворяет омертвевшие клетки кожи, придает ей здоровый вид и сужает поры. Сода обеззараживает кожу, вытягивает грязь и жир из глубины пор.

● Смешайте 1 ст. ложку яблочного уксуса с 0,5 ч. ложки пищевой соды и, пока смесь шипит, нанесите ее кисточкой на кожу лица в несколько слоев, оставьте на 5 минут, а затем умойтесь теплой водой.

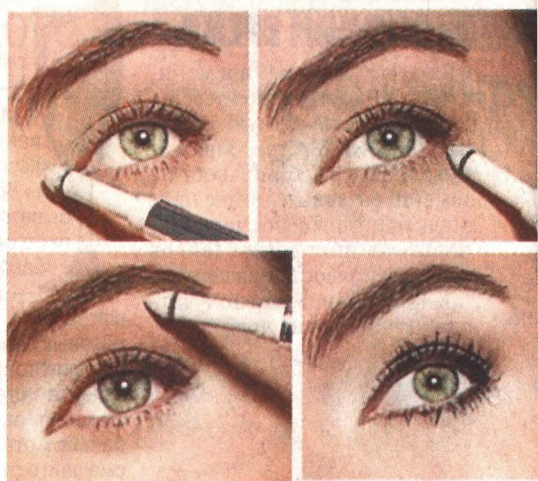
Скраб убирает не только омертвевшие клетки кожи, но и черные точки, и акне.



МАКИЯЖ БЕЗ ТЕНЕЙ

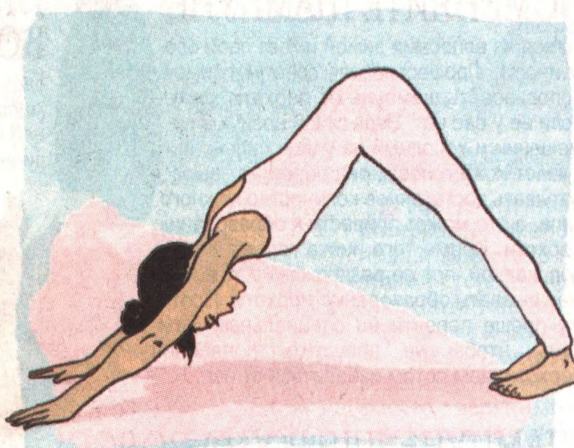
Если вы хотите визуально «раскрыть глаза» и придать им сияние, вам, кроме туши, понадобятся еще два средства: шиммер или хайлайтер и тонирующий карандаш-корректор в тон кожи.

Нанесите тон вдоль нижнего века полосой 2-3 мм и под бровь, а шиммер — во внутренние уголки глаза, совсем немного снизу у наружного края глаз и под бровь — ближе к вискам. Потом нанесите на ресницы тушь и наслаждайтесь широко открытым сияющим взглядом.



В ПОЗЕ СОБАКИ

Ваша кожа становится моложе, красивее и здоровее с каждой минутой. В йоге много поз, при которых голова опущена вниз, а самая простая из них — «собака». Весь фокус в том, что приливающая к голове кровь активно стимулирует омоложение клеток кожи за счет их усиленного питания. Если каждый день вы станете принимать позу собаки хотя бы на 3-5 минут, уже через несколько дней ваша кожа станет выглядеть более молодой и здоровой.



ЗОНА, СВОБОДНАЯ ОТ РУК

В любом общественном месте и даже в гостях старайтесь не прикасаться к лицу руками. К вашим домашним микробам кожа привыкла, а вот незнакомые, подсаженные на нее немытыми руками, могут вызвать нешуточные проблемы. Правило «Не имеешь возможности вымыть руки, прочь их от лица» особенно актуально для обладательниц жирной кожи с расширенными порами, ведь тогда микробы и бактерии через них попадают сразу в глубокие слои кожи и часто вызывают серьезные воспалительные процессы.



НА БОКУ — ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, НА СПИНЕ — ДЛЯ КРАСОТЫ

Мы уже писали, что самый здоровый сон — это сон на левом боку. Но у каждой из нас есть любимая поза для сна, и вырабатывается она, исходя из соображений не целесообразности, а удобства. Большинство любит спать на боку, многие могут нормально выспаться только лежа на животе. Но ни та, ни другая позы не добавляют женщинам красоты. По статистике, три главные причины появления морщин — это естественный процесс старения, фотостарение и подушечные морщины. Чем меньше лицо касается подушки и одеяла, тем меньше на коже образуется заломов и морщин. Значит, для сохранения красоты и молодости спать лучше всего на спине.



КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПРЫЩА?

С помощью морской соли. Она обладает мощнейшим антибактериальным эффектом и отлично очищает поры, вытягивая из них грязь и кожное сало.

Добавляйте в 1 ч. ложку морской соли по капельке воды, пока не получится паста. Нанесите ее на покрасневший участок и оставьте на нем от 10 минут до 1 часа. Время действия зависит от чувствительности вашей кожи. Затем тщательно смойте соль. Обычно бывает достаточно 1-2 солевых процедур.



ОСВЕЖАЮЩАЯ АНТИВОЗРАСТНАЯ МАСКА

Она не только возвращает коже лица свежий вид, но и разглаживает мелкие морщинки. Многие женщины называют эту маску «минус 5 лет». Предлагаем и вам помолодеть на 5 лет.

Разомните банан с 1 ч. ложкой свежесжатого апельсинового сока и 1 ч. ложкой натурального йогурта, дайте смеси постоять 20 минут. Нанесите маску на кожу лица, шеи и зоны декольте на 20 минут, затем смойте теплой водой.

Витамины А и В, которыми богат состав, осветляют кожу и убирают морщинки, а калий отлично ее увлажняет.

«ВИРУСНАЯ» ЩЕТКА

Как известно, во рту у нас живет множество бактерий и микробов, и большая часть микроорганизмов нам нужна. Но только не во время болезни. Если вы переболели вирусной инфекцией, рассадником вирусов может стать ваша зубная щетка. На ней они продолжают жить еще в течение недели. Не хотите повторного заболевания? Смените щетку сразу после выздоровления.



ПОЧИСТИТЕ КОЖУ ИЗНУТРИ

Знаменитое средство детоксикации — горячая вода с лимоном по утрам — работает. Проверено звездами стилистами и диетологами. Акне и другие проблемы часто появляются на коже не только от внешнего загрязнения, но и от внутреннего. Токсины и бактерии, всасываясь в тонком кишечнике, потом «вылезают» на кожу. Горячая вода с лимоном на пустой желудок просто «моет» организм изнутри.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЩЕК

С возрастом мышцы, которые держат наши щеки, ослабевают и провисают. Но, как и любые мышцы, их можно тренировать и поддерживать в тонусе, чтобы щеки сохраняли свою округлость. Надо лишь выполнять 2 упражнения.

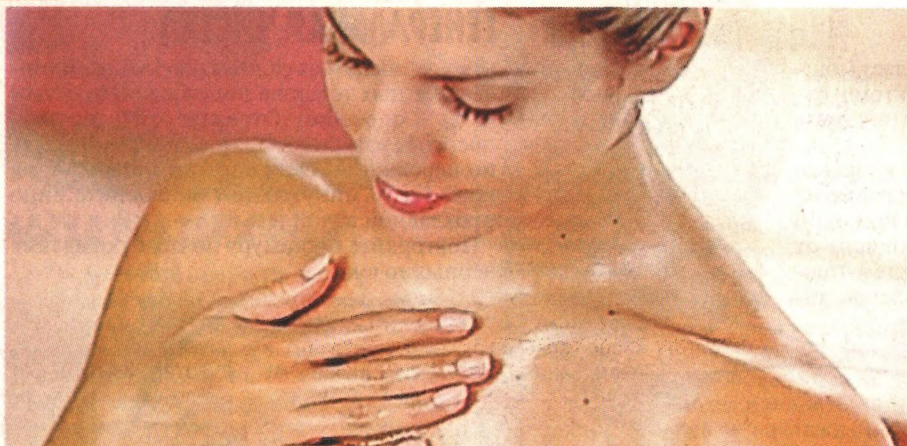
● Встаньте перед зеркалом, улыбнитесь так широко, насколько это возможно и удерживайте на лице эту улыбку в течение 10 секунд. Расслабьте лицо на 5 секунд и повторите «улыбочку!» еще 5 раз.

● Одновременно пальцами обеих рук делайте в течение 2 минут круговой массаж щек. Поставьте пальцы на скуловые кости и в направлении от носа к ушам описывайте круги все меньшего диаметра, двигаясь к центру щек.

Повторяйте эти упражнения дважды в день, пока мышцы щек не подтянутся.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА





МАСЛЯНЫЙ МАССАЖ

Чтобы вернуть уставшей от зимних холодов и теплой одежды коже гладкость, увлажненность и естественное сияние, устраивайте ей 4-5 дней подряд масляный массаж. После вечернего душа нанесите на ладони немного оливкового масла и тщательно разотрите массажными движениями по всему телу, включая лицо. Масло надо втереть досуха. Смывать не надо, просто утром примите душ.

Эффект от массажа будет еще заметнее, если предварительно вы воспользуетесь скрабом. Хотите, своим любимым, хотите — приготовьте сами по приведенному ниже рецепту.

СХОЖИЙ СОСТАВ — ОДНО СРЕДСТВО

У меня медленно растут волосы. Единственное средство, которое хоть как-то стимулирует их рост — репейное масло. Когда мне попала информация о схожем составе волос и ногтей, я решила попробовать применить репейное масло и для ногтей.

Оказывается, оно отлично помогает ускорить рост ногтей и даже укрепляет их. Обычно для ухода за ногтями я два раза в неделю делаю ванночку из 0,5 стакана натурального (не порошкового) молока, 2 ст. ложек соли и 3 ст. ложек меда. Нагреваю смесь, добавляю 1 ст. ложку лимонного сока и опускаю пальцы в теплую массу на 5-7 минут. Теперь в те дни, когда не делаю ванночки, я втираю в ногти и кутикулы репейное масло.

Мои ногти стали крепкими, растут быстро, не могу нарадоваться. Ванночки оставляю на ваше усмотрение, а вот масло советую использовать. Не пожалеете.

Вика, Пермский край.



ДУШИСТЫЙ СКРАБ ДЛЯ ЛИЦА И ТЕЛА

Испеките в микроволновке кусок тыквы размером с ладонь, измельчите ее до состояния пюре. Растопите на водяной бане 3 стакана кокосового масла, соедините его с пюре и 1 стаканом коричневого сахара. Отдельно смешайте в миске 0,5 ч. ложки молотой корицы, по 0,25 ч. ложки молотого имбиря и мускатного ореха и на кончике ножа молотой гвоздики. Добавьте к специям масляно-тыквенную смесь, перемешайте и переложите в стеклянную банку с крышкой.

Скраб может храниться в холодильнике до двух месяцев. Используйте его по необходимости. Аромат специй останется на коже дольше, если после скраба вы используете масляный массаж. Вы будете благоухать специями, а этот аромат так любят мужчины.

ОСНОВА ДЛЯ УНИВЕРСАЛЬНОЙ МАСКИ

Кожа тела нуждается в уходе не меньше, чем кожа лица, поэтому хотя бы раз в неделю для нее желательно делать маски. Один из лучших составов маски для тела — однородная смесь из 1 части морской соли и 2 частей зеленой косметической глины. Правда, чтобы добиться однородности, придется потрудиться, поэтому многие и предпочитают сразу готовить много смеси и хранить ее в банке, а потом брать по мере необходимости. Смесь соли и глины обладает очищающим, разглаживающим и успокаивающим свойствами. Но поскольку это сухая смесь, дополнительные свойства маске можно придать, используя разные жидкие наполнители. Обычно на 1 ст. ложку сухой смеси идет 1 ст. ложка наполнителя, половину которого должно составлять питательное для кожи оливковое или любое другое растительное масло. А вот вторая его половина может быть разной.

● **ДЛЯ ВИТАМИНИЗАЦИИ И ОСВЕТЛЕНИЯ КОЖИ** используйте любые фрукты и ягоды или их соки

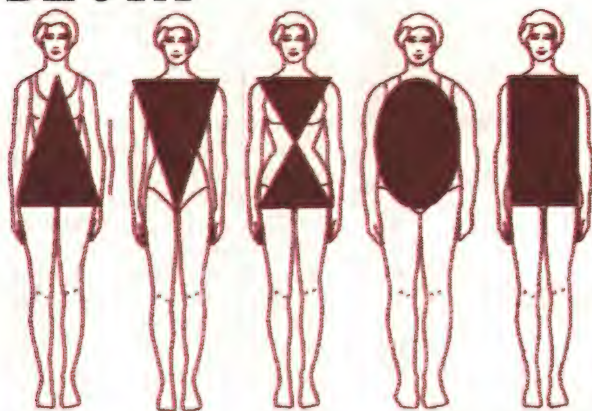
● **ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ПИТАТЕЛЬНОГО И УСПОКАИВАЮЩЕГО ЭФФЕКТА** — натуральный йогурт, сметану или простоквашу

● **ДЛЯ ОБЕЗЗАРАЖИВАЮЩЕГО И АНТИБАКТЕРИАЛЬНОГО ЭФФЕКТА** — жидкий мед или сок алоэ.

Если вам нравится ароматная косметика, можете добавить в маску 1-2 капли любимого эфирного масла.

Примите душ, слегка промокните кожу полотенцем, чтобы она оставалась немного влажной, нанесите маску, оставьте ее на коже на 5-10 минут, а затем смойте.





ПЛАТЬЕ ПО ФИГУРЕ

Какая женщина не мечтает купить или сшить новый наряд к встрече Нового года! И каждой хочется, чтобы он идеально сидел на ее фигуре, скрывая недостатки и подчеркивая достоинства.

Мы не хотим расписывать конкретные рекомендации, а предлагаем вам рассмотреть предложенные модели платьев, юбок и маленьких черных платьев, чтобы вы могли выбрать из них фасон, который лучше всего подойдет именно к вашей фигуре. Но сначала точно определите, к какому из пяти типов она относится.

ЧЕГО-ТО ХОЧУ, А ЧЕГО — НЕ ЗНАЮ

Зимой, когда резко меняется наш рацион, часто возникает желание съесть что-то конкретное. Часто вид, аромат и вкус желаемой еды становится настолько навязчивым, что дамы детородного возраста бегут в аптеку за тестом на беременность. Но подобные сильные пищевые желания часто связаны всего лишь с нехваткой в организме каких-то минералов или витаминов. И чтобы их восполнить, не обязательно есть именно то, что грезится, потому что, как правило, это еда не всегда полезная.

● Хочется мягкого горячего белого хлеба или выпечки? Значит, вашему организму не хватает **АЗОТА**. Восполнить его помогут продукты с высоким содержанием белка: мясо, рыба, орехи.

● Преследует запах копченостей? Вам не хватает **ХОЛЕСТЕРИНА**. Ешьте больше жирной красной рыбы, орехов, авокадо, оливок и маслин.

● Готовы есть бананы гроздьями? Значит, вам не хватает **КАЛИЯ**. Его много не только в калорийных сладких бананах, но и в помидорах, баклажанах, горохе, свекле, кураге.

● Не можете без трепета смотреть на шоколад? Вам нужен **МАГНИЙ**. Восполните его с помощью бобовых, зелени, орехов, авокадо, фруктов.

● Если нестерпимо хочется сладкого, значит, у вас **УПАЛ УРОВЕНЬ САХАРА** в крови. Но поднять его лучше не пирожным и конфетами, а соком, сладкими фруктами, ягодами или медом.

Вы можете подумать, что мы опять советуем вам полезные продукты, а перед мысленным взором стоят как раз вредные, и именно их хочется. Так удовлетворите это желание. Съешьте именно то, чего хочется, **НО СОВСЕМ НЕМНОГО**. А потом все-таки перейдите на продукты, содержащие необходимые вещества, но не наносящие вреда здоровью.



ПОДХОДЯЩЕЕ УКРАШЕНИЕ

Всякий праздничный наряд требует украшений. Подбирая их, не забывайте про «правило трех», которое гласит, что одновременно нельзя надевать более трех разных украшений, например, кольцо+браслет+серьги, колье+браслет+кольцо, брошь+серьги+часы.

Уже не модно надевать бусы поверх одежды с закрытым, как у водолазки, воротником.

Если украшение настолько оригинальное, что невольно притягивает взгляд, оно должно быть на вас одно.

Праздничный наряд, украшенный камнями, стразами или пайетками, можно дополнить только одним украшением: небольшими серьгами.

Но, главное, выбор украшений во многом зависит от того, какой формы верх у вашего наряда. Особенно это касается украшений на шею. Они сочетаются далеко не с каждым вырезом. Рассмотрите внимательно картинки. Если у вашего наряда такой же вырез, как у модели, где украшений на шею нет, не расстраивайтесь, зато вы можете сколько угодно экспериментировать с серьгами и браслетами.



Подготовила Галина КРУПЕНИНА

«Я поняла, наконец, что такое сбалансированное питание. Это когда вчера ты была в гостях и наелась всего вкусного и калорийного, а сегодня устраиваешь себе разгрузочный день».

Из откровений подружки

Конечно, это шутка. Сбалансированное питание — система. И особенно она важна, если вы поставили перед собой цель похудеть.

Итак, вы сели на диету и долго держались: считая калории и изо всех сил придерживаясь принципов здорового питания. Но тут у кого-то наступил день рождения, и отказаться от румяного блинчика с икрой оказалось выше ваших сил, а когда подали домашний «наполеон», вы окончательно махнули рукой на диету и насладились по полной.

Но на следующий же день начали корить себя: «Все усилия насмарку!» Не расстраивайтесь, все еще можно исправить.

Если вы сидите на диете и небезуспешно, в вашем мозгу поселяется крамольная мысль: «А не побаловать ли себя чем-нибудь вкусеньким?» И тут же от души наедаетесь за ужином. Или разрешаете себе нарушить диету (ну только разочек!), потому что не можете устоять перед соблазнительным лакомством. А чтобы не расстраиваться, вы обходите стороной весы. И окончательно приходите в себя лишь тогда, когда перестают нелазать любимые джинсы. Отчаявшись, вы вообще прекращаете борьбу с лишними килограммами.

И чего же вы добились? Сброшенный с таким трудом вес не замедлит вернуться. Спихавшись, вы начинаете всё сначала: ограничиваете себя в еде, подсчитываете калории, увеличиваете физические нагрузки.

Но долго ли вы продержитесь? И сколько таких замкнутых кругов вам предстоит еще пройти?

Прочитайте, какие ошибки подстерегают вас на пути к созданию фигуры вашей мечты, проанализируйте свой образ жизни и питания, и если в этих ошибках вы узнаете свои, прислушайтесь к советам специалистов.

Ведь, чтобы победить, врага надо знать в лицо.

НА ПУТИ К СТРОЙНОЙ ФИГУРЕ



НЕ ИГНОРИРУЙТЕ ВЕСЫ!

Да, вам страшно встать на весы: а вдруг цифры, появившиеся на дисплее, приведут вас в шок? Не трусьте! Лучше узнать правду сейчас и срочно принять какие-то меры, чем запустить процесс до необратимого.

Запомните, весы — не строгий тренер, а средство контроля над вашим весом.

Не обманывайте, но и не запугивайте себя. Если всю неделю вы сидели на строгой диете, а весы показывают то же, что и в прошлый раз, возможно, это из-за литра воды, который вы выпили недавно, фаза менструального цикла. Цифры на весах — это всего лишь информация о вашем теле, такая же, как давление или уровень сахара в крови.

ОСТОРОЖНО С АЛКОГОЛЕМ!

Весь день вы питались правильно, а вечером в гостях выпили пару бокалов вина, ощутили зверский аппетит и не смогли ему сопротивляться. Почему? Ведь вино — достаточно калорийный продукт! А дело в том, что калории, содержащиеся в жидкости, наш организм не считает едой, а содержащиеся в алкоголе вещества активизируют процесс пищеварения. Вот почему перед едой пьют аперитив — для аппетита. В ходе очередного исследования одной группе участников предлагали перед обедом стакан сока или минералки, а другой — бокал вина или пива. Те, кто пил алкогольные напитки, съели гораздо больше, чем «трезвенники». Поэтому низкокалорийный ужин вместе с алкоголем со-

держит столько же калорий, как плотный безалкогольный ужин (даже с десертом).

Никогда не пейте алкогольные напитки на голодный желудок. На вечеринках и в гостях, если они проходят после рабочего дня, до первой рюмки съешьте хотя бы горстку орешков, легкий салатик, в крайнем случае, просто выпейте негазированной минеральной воды. Имейте в виду, что один джин-тоник эквивалентен целой порции картофеля фри, в 100 г пива содержится примерно 65 калорий, в 100 граммах водки — 95, в 100 г мартини — 175, а в 200 г вина — 125.

Если вы готовы продолжить борьбу с лишним весом, увеличьте физическую нагрузку — так вы быстрее восстановите форму.

ВОЗОБНОВИТЕ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ!

Вы ездите на работу в автобусе (метро), а то и на машине? В выходной не против поваляться в кровати? А о тренировках в зале или утренних пробежках забыли вообще? Конечно, начинать всё сначала после длительной паузы очень сложно, но стоит немного (но регулярно!) заниматься, и навыки восстанавливаются. Всего через месяц вы будете рассматривать свое тело в зеркале с удивлением и удовольствием.

Чтобы вернуться к физическим нагрузкам, начните с малого: устраивайте прогулки хотя бы по 10 минут каждый день, забудьте про лифт: поднимайтесь и спускайтесь только по лестнице.

Лучше всего заниматься спортом не в одиночестве, а вместе с подружкой, с мужем или вместе с друзьями. Единичные усилия всегда смогут поддержать друг друга, а хорошая компания еще никому не помешала.

Конечно, трудно заставить себя заниматься в конце дня да еще и в одиночестве. Представьте себе: за день вы так сильно устали, что вряд ли вечером захотится выполнять упражнения с отягощением или качать пресс. Но можно заняться танцами, записаться в бассейн — и вы не только поддержите форму, но и всегда будете в хорошем настроении.





НЕ КУСОЧНИЧАЙТЕ!

Вы можете определенно сказать, сколько лишнего съедаете каждый день?

То попробуете блюдо, которое готовите, то доедаете пюре, которое не съел ваш ребенок, то пьете чай с конфеткой или печеньем... А в среднем получаете лишние 25 калорий в день. А они вам нужны? Только из-за одной этой привычки вы можете прибавлять в весе по 400-500 г в месяц.

Что же делать, чтобы отучиться от нее?

Записывайте все, что съели, в блокнотик. Вы будете знать, от чего поправляетесь. Если блокнот и карандаш кажутся вам устаревшими, пользуйтесь телефонным органайзером или компьютером.

Чтобы не было соблазна доедать, не готовьте лишнего, а остатки отдавайте бездомным животным.

НЕ ДЕЛАЙТЕ УПОР НА ОБЕЗЖИРЕННОЕ!

Вроде бы вы учили все вышеперечисленные недостатки вашего питания, но почему-то совсем не худеете! А объясняется это просто: если вы уверены, что выбираете продукт с пониженным содержанием жира, а значит, и низкокалорийный, то и покупаете, и готовите его в больших количествах, чем нужно. Естественно, и съедаете больше — и еды, и калорий.

Чтобы избежать этого, внимательно читайте информацию на упаковке. На этикетке может быть написано: «Всего 1% жира!» или «Жирность 0», а про количество вкусовых добавок и калорийность не сказано ничего.

Самая полезная и низкокалорийная еда — овощи. Исследования показали, что овощные салаты, съеденные на обед, дают более длительное ощущение сытости, чем печенье, чипсы и шоколадки. Но заправка салатов должна быть легкой: растительное масло или соевый соус.

НЕ ДОВЕРЯЙТЕ ФАСТ-ФУДУ!

Если вы решите однажды заглянуть в «Макдоналдс», это не катастрофа, но, если станете заходить туда каждый день, прибавка в весе неминуема! Кроме того, увеличивается риск заболевания диабетом, который часто сопровождает ожирение.

Иногда так хочется побаловать или вознаградить себя — хотя бы за результаты в борьбе с лишним весом! Для кого-то такое баловство — гамбургер, а для кого-то — торт. Не отказывайте себе в удовольствии, но делайте это крайне редко. Если такие развлечения войдут в привычку, имейте в виду, что о похудении уже речи быть не может.



Оказавшись в заведении фаст-фуда, заказывайте ту еду, которая не противоречит диете. Не покупайте картофель фри, а гамбургеры ешьте без майонеза и булочек. Кстати, сейчас во многих кафе можно заказать овощные салаты и супы.



НИКОГДА НЕ ПРОПУСКАЙТЕ ЗАВТРАК!

Утром вы торопились и не успели позавтракать, а когда поняли, что скоро полдень, а у вас и маковой росинки во рту еще не было, решили, что это к лучшему — меньше поглотите калорий. Вы выходите из офиса по делам, но почему-то на улице видите только ларьки, пекарни и прочие заведения, где торгуют едой. Можно сорваться и съесть запретный фастфуд, но вы терпите до обеда. А теперь представьте, сколько вы съедите за обедом!

Специалисты утверждают, что те, кто отказываются от завтрака, в течение дня (во всяком случае, первой его половины) не могут думать ни о чем, кроме еды, а она будет мерещиться повсюду. А статистика, которую приводят исследователи, констатирует, что из 1000 добровольцев, согласившихся на эксперимент, за полгода 85% похудели на 10 килограммов, обязательно при этом каждый день плотно завтракая.

Еда для завтрака должна быть незамысловатой: но вкусной: яйцо, ложка овощ-

ного или фруктового салата, тост без масла из цельнозернового хлеба — это как раз то, что надо, чтобы зарядиться энергией с самого утра.

ПЕРЕКУСЫВАЙТЕ!

А что делать, если есть хочется нестерпимо, а до обеда еще целых два часа?

Конечно, перекусите, но не чипсами или пирожным. Чтобы утолить голод, вполне достаточно съесть яблоко или апельсин — они на какое-то время дают работу желудку, энергию организму и хорошее настроение. Несладкий и нежирный йогурт тоже не возбраняется, как и хлебцы с отрубями, но не забывайте, что этот прием пищи — легкий перекус, а не плотный ланч.

А в течение дня ешьте каждые 4 часа — за это время вы как раз успеете проголодаться. Есть, как известно, надо часто, но понемногу: объем пищи на один прием не должен превышать 1 стакан.



Мы рассмотрели самые типичные ошибки срязающихся с лишним весом.

Возможно, вы найдете у себя другие. Может быть, вы и сами знаете о них и умеете их исправлять. А может быть, не будете изнурять себя ни диетами, ни физическими нагрузками. Имеете на это право. В конце концов, даже с некоторым лишним весом вы не перестанете привлекать к себе окружающих и как женщина, и как личность.

Около десяти лет назад у меня была операция по поводу кисты правого яичника. Первое время после операции все было хорошо, но потом появились боли. Врач назначила мне курс антибиотиков, уколы алоэ, но боли не прекращаются. Когда они особенно сильные, сама принимаю нестероидные противовоспалительные препараты. Но, говорят, что постоянно их принимать нельзя, так как у них есть неприятное побочное действие. Неужели лучше принимать антибиотики? От них ведь тоже вреда немало!

Вполне вероятно, что Вас мучают боли из-за спаек после операции. Применять НПВП и антибиотики Вам не следует, тем более, что их вообще нельзя принимать постоянно. Лучше сделать упор на лекарства, улучшающие тканевый обмен (биогенные стимуляторы), а также на физиотерапию, лечебную физкультуру и т. д. Постарайтесь сами постепенно увеличивать двигательную активность, например, плавать в бассейне. Все это поможет рассасываться образовавшимся спайкам.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Мне 18 лет. У меня хорошая кожа, не было даже прыщей в подростковом периоде. Но есть одна особенность, которая сильно портит мне жизнь летом. Дело в том, что я очень бурно реагирую на укусы насекомых (комары, мошки и пр.). При укусе всего одного комара у меня появляется волдырь размером с ладонь. Если покусали сильно, то совсем плохо. Но даже это не самое неприятное. После укусов на коже (особенно на ногах) очень долго держатся уплотнения, которые дико чешутся. Они могут сохраняться до Нового года и, стоит прикоснуться, как уже невозможно остановиться, пока не разрежешь кожу до крови. Но и с этим я как-то смирилась, научилась себя сдерживать, чтобы не чесать. Проблема в том, что чешу я или нет, но на местах уплотнений образуются темные коричневые пятна. Вот они-то и есть основная беда! Они не проходят годами (по два года точно) и очень портят мой внешний вид. О короткой юбке или шортах я летом и не помышляю: выглядит отвратительно. Скажите, пожалуйста, можно ли предотвратить появление этих ужасных пятен.

Стойкая пигментация является следствием длительного воспалительного процесса (с лета и до Нового года) и Вашей индивидуальной особенности (не всем везет так реагировать на укусы комаров).

В подобной ситуации могу посоветовать следующие меры.

● Защищаться от укусов насекомых всеми доступными средствами, насколько это возможно.

● При планировании ситуаций, в которых «встречи» с комарами неизбежны, за сутки начинать прием антигистаминного средства («Эриус», «Ксизал», «Фексофаст» и других) и не прекращать прием во время всего периода неизбежности «дружбы» с комарами. Эти меры помогут снизить интенсивность реакции.

● Наносить на места укусов крем, содержащий кортикостероиды («Элоком», «Адвантан», «Акридерм», «Локоид» и др.) 1-2 раза в день (в соответствии с инструкцией) сразу после укусов, затем 3 раза в неделю — до разрешения воспалительных элементов. Думаю, что при такой тактике воспалительная реакция будет не столь длительной, а последствия не столь заметными.

В ОЖИДАНИИ ПРАЗДНИКА

Как известно, процесс ожидания праздника даже приятнее, чем сам праздник. Это утверждение справедливо и по отношению к Новому году. Особенно приятно мастерить подарки знакомой детворе или, наоборот, вместе с детишками готовить подарки для родственников. Поскольку все дети любят лепить снеговиков, именно их мы и предлагаем смастерить из подручных материалов. Это поможет детям понять, что не бывает ненужных вещей, бывают неумелые руки.

ИЗ ОСТАВШИХСЯ ВЕРЕЖЕК

На этих забавных человечков — не то снеговиков, не то гномиков — уйдут все распаренные варежки и носки. Ведь если в доме есть дети, такого добра обычно очень много. Вот и пустите его в дело. Кроме оставшихся без пары варежек и носков, вам понадобятся шарики из пенопласта, которые продают в магазинах для поделок, деревянные шпажки для шашлыков и синтепон.

Набейте варежки, включая большой палец, синтепоном, и перетяните нитками один или два раза (это зависит от размера варежек), пришейте к тельцам пуговицы. Верх варежек подверните, чтобы получились воротники. Шарики нанизайте на отрезки шпажек, нарисуйте на них мордашки и вставьте в варежки. Осталось смастерить из носков шапочки и дать каждому человечку в единственную руку какой-нибудь забавный предмет, например, сумочку из пуговицы, веточку рябины или мини-карамельку.

ИЗ КРЫШЕК

Крышки от лимонадных или пивных бутылок покрасьте белой краской. Красную тесьму разрежьте на полоски длиннее на 5 см, чем сложенные в рядок три крышки. Приклейте их к тесьме, верх которой подвернут петлей. Нарисуйте снеговикам мордашки и повяжите шарфики.





ОТВЕТЫ мамам

У детей моих троих знакомых один и тот же диагноз, но не заболевания, а какого-то отклонения: синдром навязчивых движений. Причем проявляется этот синдром у всех детей по-разному. У одного — постоянное легкое покашливание при абсолютно здоровом горле, у другого — подергивание глаз, у третьего вообще частое моргание. Какие еще проявления этого синдрома могут быть у детей, как от них избавиться и к какому врачу следует обратиться.

Я думаю, что такие навязчивые движения — это тики: повторяющиеся неожиданные короткие стереотипные движения. Характерной чертой тиков является их непроизвольность. До 64% тиков у детей провоцируются стрессовыми ситуациями: школьной дезадаптацией, дополнительными учебными занятиями, бесконтрольными просмотрами телепередач, продолжительной работой на компьютере, конфликтами в семье и разлукой с одним из родителей, а также госпитализацией. Наиболее частое проявление тика — моргание глазами, может быть шмыгание носом и покашливания. Нередко встречаются у детей, часто болеющих респираторными инфекциями (бронхитами, тонзиллитами, ринитами).

Тики нередко возникают у детей с уже имеющимися заболеваниями со стороны центральной нервной системы (ЦНС), таки-

ми как синдром дефицита внимания с гиперактивностью, церебрастенический синдром, а также тревожные расстройства, специфичные фобии. У детей, страдающих тревожным расстройством или специфичными фобиями, тики могут быть спровоцированы или усилены волнениями и переживаниями, непривычной обстановкой, длительным ожиданием какого-либо события и сопутствующим нарастанием психоэмоционального напряжения. Нередко провоцируется внешними факторами: жарой, духотой, изменением барометрического давления. Характерно нарастание тиков при утомлении, после длительных или повторных соматических и инфекционных заболеваний, увеличении учебных нагрузок.

В возрасте 18 лет приблизительно 50% пациентов самопроизвольно освобождаются от тиков. Поэтому до назначения терапии необходимо выяснить возможные причины возникновения заболевания и обсудить с родителями способы педагогической коррекции. Необходимо разъяснить непроизвольный характер гиперкинезов, невозможность контроля их усилием воли и, как следствие, недопустимость замечаний ребенку по поводу тиков. Нередко выраженность тиков снижается при уменьшении требований к ребенку со стороны родителей, отсутствии фиксации внимания на его недостатках, а также при восприятии его личности в целом, без вычленения «хороших» и «плохих» качеств. Терапевтический эффект оказывают упорядочение режима, занятия спортом, особенно на свежем воздухе. Медикаментозное лечение необходимо проводить при тяжелых, выраженных и упорных тиках, сочетающихся с нарушениями поведения, неуспеваемостью в школе, влияющих на самочувствие ребенка, осложняющих его адаптацию в коллективе, ограничивающих его возможности самореализации. Основная группа препаратов, назначаемая при тиках, — нейролептики: галоперидол, тиаприд, рисперидон и др. В последние годы применяют препараты вальпроевой кислоты.

**На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА**

**На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА**



Мне 31 год, замужем. Посторонних половых контактов нет. У меня уже несколько месяцев появляется контактный моллюск в интимных местах. При этом у мужа ничего подобного не обнаруживается. Откуда могла прилипнуть эта инфекция, ведь она имеет половой путь передачи? Или муж носитель? Я уж и не знаю, что подумать! Может ли от меня заразиться дочка 7 лет?

Контактный моллюск — вирусная инфекция, которую вызывает вирус из группы оспенных. Эта инфекция не является передаваемой только половым путем. Она может иметь и контактно-бытовой путь распространения. Просто половой контакт — самый тесный и очень благоприятен для передачи инфекции.

Таким образом, не факт, что муж вообще служит источником инфекции. Вы могли поймать вирус в гостях (бане, бассейне, фитнес-клубе и т. п.)

Дочка заразиться может. Но, учитывая локализацию в интимных зонах, только при контакте с инфицированными предметами. Поэтому не пользуйтесь с ней одним полотенцем и не кладите ее к себе в постель.

Мне 20 лет. Сдала анализ на хламидии. Результат показал IgG 1:10 (слабоположительно). Мне сказали, что на этой стадии лечиться не надо, а когда надумаю родить, тогда и пролечиться. Правильно ли это, не запущу ли я болезнь?

Обнаружение антител класса IgG не является достаточным для постановки диагноза «хламидиоз». Поэтому, чтобы разобраться в ситуации, нужно пройти нормальное комплексное обследование методом ПЦР на инфекции, передаваемые половым путем. Если инфекции, например, хламидии, будут обнаружены, необходимо пролечиться, чтобы, действительно, не запустить болезнь.

ИЗ КЛУБКОВ

Вырежьте из плотного картона или сверните из проволоки штырь с небольшим круглым основанием. Нанижите на него три клубка хлопчатобумажных ниток. Желательно от двух верхних отмотать часть ниток, сделав их меньше, а потом закрепить нитки, чтобы не разматывались. Повяжите снеговика кусок тесьмы вместо шарфа, пришейте или приклейте глазки, носик и пуговицы. Если нет катушки, чтобы смастерить цилиндр, склейте его из картона.

Такой подарок отлично подойдет для бабушки или тети, которая занимается рукоделием.



ИЗ ПРИЦЕПОК

Выкрасьте деревянные прищепки белой краской, нарисуйте точками глазки, ротик и пуговицы, повяжите шарфик из разноцветных тесемок или обрезков шнура. Вместо носа приклейте рыжий шарик из губки.

**Подготовила
Галина УШАКОВА**



Fumaria officinalis L.

ДЫМЯНКА лекарственная

Дымянка лекарственная — однолетник из семейства дымяnkовых. Его серовато-зеленые от воскового налета стебли высотой от 8 до 40 см ветвятся от основания.

Листья — трижды перисторассеченные на линейные дольки. Цветки собраны в соцветия-кисти. Каждый цветок неправильный, состоит из двух зеленых мелких чашелистиков, четырехлепестного двугубого грязно-малинового венчика со шпорцем, двух тычинок и пестика с верхней завязью. Плод — округлый орешек диаметром около 2 мм. Цветет с июня до осени, плоды созревают, естественно, в разное время, начиная с июля.

Дымянка лекарственная — евразийское растение. Она достаточно широко распространена практически по всей европейской части России, Северному Кавказу, южным районам Западной Сибири, изредка встречается в Восточной Сибири и на юге Дальнего Востока. Растет на пустырях, свалках, в мусорных местах, придорожных канавах, на огородах, полях, в садах и виноградниках.

В лечебных целях дымянка используется только в народной медицине.

Для приготовления целебных средств используют всю надземную часть — траву растения.

Дымянка лекарственная — растение ядовитое. В нем содержится алкалоид протопин, а также фумаровая кислота, смолы, витамины С и К.

С лечебной целью заготавливают траву (стебли, листья, цветки) во время цветения. Сушат ее на хорошо вентилируемых чердаках, расстилая тонким слоем (3-5 см) на бумаге или ткани. Сырье не должно почернеть. При сушке в печи температура не должна превышать 40-50°. Хранят высушенное сырье в деревянной или стеклянной таре до двух лет.

Поскольку алкалоид протопин способен оказывать кратковременное возбуждающее действие (он ускоряет пульс и повышает аппетит), настоем травы и свежий сок народная медицина использует для повышения секреции и перистальтики желудочно-кишечного тракта, стимулирования желчеобразования и желчевыделения, применяет как легкое слабительное и антисептическое средство.

Экспериментальное изучение дымянки показало ее высокую противовоспалительную активность и влияние на углеводный обмен.

Применение дымянки лекарственной в медицине основано на ее свойстве улучшать аппетит, усиливать деятельность желудочно-ки-

шечного тракта и таким путем поднимать общее питание больных, улучшая всасывание пищи и ускоряя обмен веществ в тканях организма.

В больших дозах дымянка лекарственная вызывает колики в животе и поносы. Дымянка лекарственная приносит пользу в тех случаях, когда необходимо активизировать деятельность организма: при хронических болезнях, общей слабости вследствие длительной лихорадки, при желтухе, запорах, геморрое, после сильных кровотечений, при долго длящихся бронхолегочных заболеваниях и даже при чесотке.



ЦВЕТЫ НА ПРАЗДНИЧНОМ СТОЛЕ

Как говорил папа Дяди Федора, главное украшение стола — цветы. Это действительно так. Хорошо составленная композиция делает сервировку праздничной и законченной, хотя традиционно новогодний стол в большинстве домов нашей страны и так ломится от блюд. Куда же ставить еще и цветы?

Все просто, их нужно поднять над столом вторым ярусом. Для этого подойдет узкая высокая ваза. Она займет минимум полезного пространства на столе, а композиция разместится во флористической губке наверху. Для дополнительного новогоднего настроения прозрачную вазу можно заполнить елочными шарами.

Чтобы продлить жизнь композиции, ее необходимо регулярно поливать водой. Каждый раз вынимать ее из вазы неудобно. Чтобы избежать протечки воды при поливе, флористическую губку обычно оборачивают полиэтиленом, но этот метод не гарантирует надежного предохранения от протечки. Лучше подобрать пластиковый контейнер подходящего размера и в него поместить губку.



При заболеваниях желчного пузыря, желчно-каменной и почечно-каменной болезнях, отеках сердечного происхождения, воспалении мочевого пузыря, туберкулезе легких и бронхите применяют такой настой: 1 ч. ложку измельченной травы заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 2-3 часа, процеживают и принимают по 1-2 ст. ложки 4-5 раз в день до еды.

При вышеперечисленных заболеваниях можно принимать свежий сок дымянки. Для его приготовления растение промывают сначала в проточной холодной воде, затем в теплой, а потом ошпаривают кипятком, пропускают через мясорубку и отжимают сок. Разводят водой в соотношении 1:1 и кипятят 2-3 минуты. Принимают по 2 ст. ложки 4-5 раз в день за 20 минут до еды.

При чесотке, сыпи, экземе, гнойничковых поражениях кожи и лишаях для наружного применения (смазывания кожи) используют неразбавленный

сок или мазь, приготовленную следующим образом: 1 часть свежего сока смешивают с 4 частями вазелина и применяют наружно.

Для полоскания полости рта и десен 1 ч. ложку сока разводят в 1 стакане теплой воды.

При хроническом гастрите с повышенной кислотностью в зимний период употребляют сушеную дымянку с пивом или сывороткой: 10 г измельченной сушеной травы заливают 0,5 л пива, кипятят 5-10 минут, оставляют для остывания, а затем процеживают. Всю порцию выпивают за день (по 1/2 стакана 5 раз в день).

Для восстановления сил после длительного и изнурительного заболевания в народной медицине свежесжатый сок дымянки принимают с пивом или сывороткой, добавляя 10-12 капель сока на 0,5 стакана напитка, но принимают его 2-

3 раза в день по 30 мл.

Для стимуляции пониженной или утраченной половой функции, связанной с нарушениями центральной нервной системы, в качестве возбуждающего средства применяют

ложки 4 раза в день до еды. Применяя это средство, следует помнить, что его возбуждающее действие кратковременно.

При геморрое, диспепсии, белых, хроническом поносе, потнице, водянке применяют отвар 1 части травы на 20 частей кипятка. Состав нагревают на водяной бане в течение 30 минут, затем процеживают и принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день.

При гипоксии и астенических состояниях, а также при маточных кровотечениях (для ускорения свертываемости крови) готовят холодный настой: 2 ч. ложки сухой травы заливают 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивают 8 часов, процеживают и принимают по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

ВНИМАНИЕ! Применение дымянки внутрь требует большой осторожности и строгого соблюдения дозировки, так как растение ядовито.

Лилия ГЛЕБОВА



настой: 1 ч. ложку измельченной травы дымянки настаивают в течение 2 часов в 1,5 стакана кипятка. Затем процеживают и принимают по 2 ст.



собна цвести на протяжении всех новогодних каникул.

● Композиция в бело-зеленых тонах всегда выглядит очень торжественно и по-зимнему. Соберите ее из зелени, нескольких белых цветов и ягод и замшелых веточек, которые можно найти в ближайшем парке.

● Для композиции с хвойными растениями следует выбирать стойкие неприхотливые цветы. Хвойные веточки выделяют смолу, от которой нежные растения могут завянуть.

Вообще с хвойными растениями хорошо соседствуют только кустовые хризантемы и гвоздики.

Хотите создать композицию из других цветов? Используйте искусственные ветки хвои.

● Прекрасная композиция в ало-золотых тонах не оставляет сомнений, что это именно новогоднее украшение.

Классическое рождественское сочетание цветов создает ощущение праздника. А лента и елочные шары, вставленные непосредственно в композицию, добавляют блеска. Набор растений в таком букете не имеет особого значения, лишь бы они были в подходящей цветовой гамме.

Подготовила
Катерина
ЧАПЛЫГИНА



● В вазу необязательно ставить живые цветы, подойдет и одиночное горшечное растение. Орхидею фаленопсис извлеките из горшка, корни отряхните от грунта и оберните влажным мхом. Установите растение в вазу и задекорируйте елочными шарами. Оформленная таким образом орхидея спо-

НОВОГОДНИЕ КРАСАВИЦЫ И ЗИМНИЕ ХОЛОДА

ГОРШЕЧНАЯ ТУЯ. НА БАЛКОНЕ ИЛИ В КОМНАТЕ?

Я попросила мужа купить на Новый год елку в горшке, чтобы весной посадить ее на даче, а он принес тую. Что теперь делать с туей? Будет ли она расти в открытом грунте или лучше ее оставить дома?

Дальнейшая судьба растения зависит от региона, где Вы живете. Если Ваша дача в полосе с теплым климатом, весной тую, как и елку, можно высадить на даче. Для успешного произрастания в открытом грунте тую, пока она молодая, надо притенять от прямых солнечных лучей, поливать в засушливый период и укрывать на зиму.

В зоне холодного климата высаживать тую в грунт нет никакого смысла, скорее всего, зимой она вымерзнет. Хотите, чтобы тую росла на даче? Тогда весной ее можно привезти на дачу в горшке, а осенью забрать домой.

Кроме открытого грунта, тую можно выращивать на балконе или в комнате. Необходимо только выбрать хорошо освещенное место, но без прямых солнечных лучей. Горшок для нее нужен высокий и широкий. Лучше всего использовать деревянный ящик или кадку, особенно при выращивании на балконе. Емкости из других материалов могут треснуть зимой от мороза. Для туи необходим дренаж — не только сливное отверстие, но и хороший слой керамзита на дне горшка. Полив зависит от сезона и температуры содержания. На балконе тую зимой поливают совсем понемногу и только если температура не падает ниже нуля. В комнате полив осенью сокращают, но не прекращают, и поливают растение по мере подсыхания почвы.



ЗАМОРОЖЕННЫЙ БУКЕТ

Недавно у меня был праздник, и мне подарили много цветов и букетов. Но у нас очень холодно, и все букеты появлялись буквально на следующий день. Может быть, есть какие-то приемы ухода за букетами, чтобы цветы стояли дольше?

Увы, век срезанных цветов недолог, особенно в зимний период. К сожалению, даже хорошо упакованные, они страдают от холода при транспортировке от магазина до дома. Есть несколько общих рекомендаций по продлению жизни букета.

Зимой растения, принесенные с мороза, не следует сразу доставать из плотной упаковки. Надо дать им полежать полчаса при комнатной температуре. Тогда, постепенно согреваясь, они не испытают стресса от резкой смены температуры и не так быстро завянут.

● Перед помещением в воду цветы в букете обязательно подрезают.

● В цветочных магазинах продают специальные подкормки для срезанных цветов. Они значительно продлевают жизнь букетов.

● В вазу с розами можно добавить аспирин или сахар. И то, и другое благоприятно влияет на цветы.

● Самое главное условие для продления свежести букета — ежедневная смена воды в вазе.

Выполнение всех этих правил помогает сохранить свежесть срезанных цветов. Но даже они бессильны, если растения окажутся замороженными.

В холодных регионах в зимний период поможет только упаковка из плотного крафта в несколько слоев и высокая скорость перемещения по открытому морозному воздуху.



В нашей семье на Новый год, сколько я себя помню, ставят не сосну, а ель. Для меня это важная новогодняя традиция, и я не хотела бы с ней прощаться, но, видимо, придется.

Дело в том, что раньше я жила на Севере, а сейчас переехала в среднюю полосу. Здесь зимой гораздо теплее не только на улице, но и в домах.

В таких условиях ель живет всего несколько дней. Уже третьего января иголки с нее начинают осыпаться.

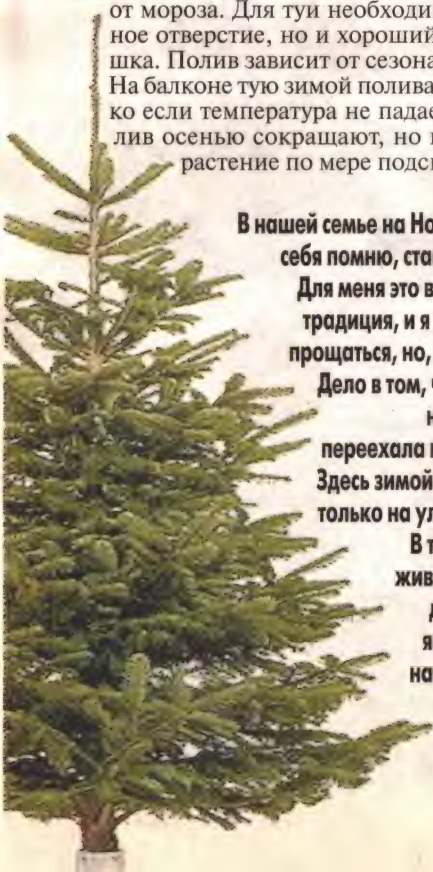
Может, я что-то делаю не так? Как ухаживать за елью?

ЕЛЬ ДО СТАРОГО НОВОГО ГОДА

В первую очередь, Вам необходимо выбрать место для ели подальше от батареи. Горячий воздух отопления — самый страшный враг елей. Дальше все просто. На елочном базаре или в садовом центре выберите дерево, это просто. Обратите внимание на цвет хвои и упругость веток. Если лапы ели упруги и зелены, дерево можно брать. Дома ель перенесите на балкон, где она в течение суток постепенно будет адаптироваться к теплу. Спустя положенное время занесите ель в дом и дайте прогреться до комнатной температуры. После чего нижнюю часть ствола очистите от коры на 10-15 см и поставьте ель в ведро с горячей водой.

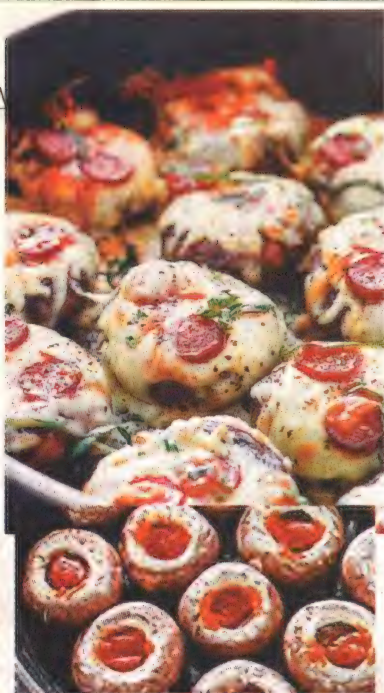
Дальше есть несколько вариантов действий. Можно установить ель в специальную подставку с емкостью для воды и регулярно подкармливать ее раствором удобрения для хвойных растений. Но лучше взять достаточно объемный горшок для комнатных растений, наполнить его грунтом для хвойников и высадить туда ель. Поливать ель следует по мере подсыхания грунта. Бывали прецеденты, когда в таких условиях свежесрубленные ели давали новые корни.

Ель — самое нежное новогоднее дерево. Ее в должном виде содержать все новогодние праздники гораздо сложнее, чем сосну, пихту или тую. Но это еще и самое изящное растение для Нового года. Ее кружевные ветки смотрятся так трогательно и нежно, что многие жители нашей родины готовы терпеть все неудобства, лишь бы украсить елью новогодние праздники.



ПИЦЦА ИЗ ГРИБОВ

Очистите крупные шампиньоны, открутите у них ножки и положите в углубление от ножки по кусочку консервированного помидора без кожицы или 0,5 ч. ложки томатного соуса, посыпьте шляпки грибов тертым сыром, выложите поверх него по несколько кружочков колбасы пипперони или охотничьих колбасок и запеките в разогретой духовке до готовности грибов. Подавайте, посыпав грибы рубленой зеленью базилика или петрушки.



КУРИЦА С АПЕЛЬСИНАМИ

Охлажденную или размороженную в холодильнике тушку курицы залейте прогретым до растворения сахара и соли маринадом из 3 стаканов куриного бульона, 1 бутылки светлого пива, 1 ст. ложки коричневого сахара, соль и перец добавьте по вкусу. Если маринад не покрывает курицу полностью, добавьте в него воды. Поставьте емкость с замаринованной курицей на ночь в холодильник. Перед приготовлением выньте курицу из маринада, обсушите, набейте четвертинками лукович, цедрой 1 лимона и 1 апельсина, веточками пряных трав, натрите курицу солью, перцем и оливковым маслом, уложите на противень, накройте фольгой и поместите в хорошо разогретую духовку на сильный огонь. Через 30 минут снимите фольгу, убавьте температуру до средней, приколите с помощью зубочисток на грудку курицы кружки апельсина без цедры и запекайте до готовности. Достаньте из духовки и накройте фольгой, пока курица немного не остынет.

По этому же рецепту можно приготовить индейку, увеличив количество маринада и время приготовления — в зависимости от размера птицы.



РУЛЕТ С КУРИЦЕЙ

Соедините 2 стакана измельченной отварной или жареной курицы с 0,5 стакана абрикосового соуса «Стебель бамбука». Отдельно смешайте 200 г мягкого сливочного сыра, 50 г измельченного в крошку голубого сыра, 100 г натертого на мелкой терке твердого пряного сыра и 2 ст. ложки жирных сливок. Расстелите на столе тонкий армянский лаваш или несколько пшеничных тортилий. Намажьте на лепешки слой сырной массы, затем слой куриной, плотно сверните рулет и положите его в холодильник. Перед подачей порежьте на порционные куски.



ЗАКУСОЧНЫЙ ВЕНОК

Выложите на тарелку веточки розмарина или укропа, поверх них выложите секторами порезанный кубиками сыр двух сортов, кружочки колбасы и смесь оливок и маслин. В центр тарелки выложите мелкие тонкие крекеры или чипсы.



РЫБА С ПОМИДОРАМИ

Приготовьте соус. Разогрейте в сотейнике 2 ст. ложки растительного масла, добавьте 2 крупных измельченных зубка чеснока, всыпьте 0,5 ч. ложки паприки и пассируйте, пока чеснок не станет мягким. Положите 300 г разрезанных пополам помидорчиков черри и держите их на слабом огне до тех пор, пока они не станут мягкими, но еще сохраняют форму. Добавьте в сотейник 1/4 стакана сухого белого вина, пучок порезанных листиков базилика, 2 ст. ложки лимонного сока и 0,5 ч. ложки цедры лимона. Доведите соус до кипения, посолите и поперчите по вкусу.

Порционные куски трески посолите, поперчите с обеих сторон, обжарьте на растительном масле до легкой золотистой корочки, затем перенесите сковороду в разогретую духовку и запекайте рыбу до готовности. Сервируйте порционные куски, щедро полив их соусом.





РОЖДЕСТВЕНСКИЙ РУЛЕТ

В хорошо разогретом растительном масле на сковороде поджарьте мелко порезанную большую луковицу, шумовкой достаньте готовый лук и дайте остыть. Прямоугольную форму застелите фольгой с напуском, чтобы потом можно было накрыть ею верх рулета. Уложите поверх фольги полоски бекона, посыпьте 2 ст. ложками панировочных сухарей и выложите 200 г свино-говяжьего фарша, приправленного специями. Поверх него — рубленую зелень по выбору и 0,5 стакана клюквенного соуса. Затем уложите полоски куриной или индюшиной грудки, порезанной продольно. Грудку следует приправить солью и специями. Поверх грудки выложите еще 0,5 стакана клюквенного соуса. Затем слои повторите, верхний слой посыпьте сухарями, уложите сверху полоски бекона, накройте фольгой и поставьте на сутки в холодильник. Запекайте рулет в разогретой духовке 1,5 часа, затем осторожно выньте из формы, выложите на противень и доведите в духовке до готовности — бекон должен стать хрустящим.

Чтобы **приготовить клюквенный соус**, 0,5 кг клюквы потушите с сахаром, солью и специями, пока она не станет мягкой, затем подержите на слабом огне, чтобы лишняя жидкость выпарилась и соус загустел.



ПИРОГ С ГРИБАМИ, ОРЕХАМИ И КЛЮКВОЙ

Для начинки поджарьте на растительном масле 4 стебля лука порея или порезанные 2 репчатые луковицы и 200 г грибов, посолите, добавьте зелень по выбору. Дайте смеси остыть, добавьте к ней 150 г тертого сыра, 600 г предварительно прокаленных в духовке и измельченных любых орехов и 3 сырых яйца. Все тщательно перемешайте.

Для теста нагревайте в кастрюльке 100 мл воды и 80 г сливочного масла, пока смесь не закипит. Смешайте 125 г обычной муки и 150 г муки грубого помола, щепотку соли и 1 яйцо. Добавьте к мучной смеси масляную и быстро замесите тесто. Поставьте его в холодильник на 5 минут. Отделите пятую часть теста, остальное раскатайте в тонкий пласт и выложите в глубокую круглую форму так, чтобы с краев свисали бортики по 2-3 см длиной. Выложите в форму половину начинки, распределите по всей площади 150 г вяленой клюквы, затем выложите остальную начинку. Из отложенного теста раскатайте круг размером чуть больше формы, накройте им пирог, защипите по периметру края, а в центре сделайте отверстие для выхода пара. Смажьте пирог взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке 20-25 минут, затем залейте оставшимся взбитым яйцом и снова поместите в духовку на 15 минут. Выньте пирог, выложите поверх него 120 г замороженной клюквы и осторожно верните пирог в духовку еще на 15 минут. Дайте готовому пирогу остыть до комнатной температуры и подавайте.

МЯСНОЙ РУЛЕТ С СЫРОМ И ГРИБАМИ

Кусок мякоти говядины или свинины весом 800-900 г разрежьте вдоль, разверните как книжку и отбейте, чтобы получился тонкий прямоугольник. Посолите, поперчите и натрите специями с обеих сторон. На растительном масле поджарьте до готовности 500 г грибов и 1 порезанную луковицу. Когда грибы с луком будут готовы, добавьте к ним пучок листьев шпината или любой другой зелени, посолите и поперчите начинку.

На пласт мяса намажьте 300 г мягкого сыра, выложите начинку, сверните мясо рулетом, обвяжите его кулинарной нитью или сколите зубочистками. Запекайте в разогретой духовке до той степени прожарки мяса, какую вы любите. Снимите нитки (выньте зубочистки) и дайте ему «отдохнуть» 10 минут, а затем порежьте на порционные куски.



ПЕЧЕНЬЕ С ЕЛОЧКАМИ

Смешайте 1,5 стакана сахарной пудры, 200 г размягченного маргарина или сливочного масла, погашенную лимонной кислотой 1 ч. ложку соды, по 0,5 ч. ложки экстракта ванили и миндаля. Добавьте 2-2,5 стакана муки, чтобы получить плотное тесто. Раскатайте его в пласт толщиной 0,6 см и стаканом вырежьте кружочки. Испеките печенье в разогретой духовке до готовности, но не передержите, оно должно остаться светлым. Взбейте 2 белка, добавляйте в них понемногу сахарной пудры и зеленого пищевого красителя, для достижения цвета и густоты жидкого теста. Выложите в кондитерский мешок зеленую глазурь и зигзагом нарисуйте на печенье елочки, роль звезды отлично выполнит конфетка M&M's.





РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ТОРТ

Испеките 3 шоколадных бисквитных коржа или купите готовые. Прослойте их кремом по вашему вкусу. Соберите торт и тонким острым ножом обрежьте его поверхность, чтобы получился купол. Смажьте его ганашем из смеси 300 г шоколада, 0,5 стакана жирных сливок и 30 г размягченного сливочного масла. Украсьте торт шоколадными шариками из смеси 0,5 пачки порошка какао, 200 г сливочного масла и 150 г сахарной пудры.



БРАУНИ «ЕЛОЧКА»

Разломите на кусочки 200 г темного шоколада, растопите его на водяной бане вместе со 175 г сливочного масла, добавьте 2 ст. ложки порошка какао, тщательно перемешайте и дайте остыть. Отдельно взбейте 2 яйца с 200 г сахара и добавьте яичную смесь к шоколадной. Измельчите в муку 60 г фундука. 1 стакан муки смешайте со щепоткой соли и 1 ч. ложкой сухих дрожжей, добавьте к муке шоколадную смесь, перемешайте, затем орехи и еще раз все тщательно перемешайте. У вас должно получиться тесто консистенции очень густой сметаны. Разложите его по формочкам для кексов и выпекайте их в разогретой духовке до готовности. Дайте кексам остыть, положите на каждый сверху по 1 клубнике и с помощью кондитерского мешка выдавите хорошо взбитый крем из 200 г размягченного сливочного масла, 1/3 банки сгущенки и зеленого пищевого красителя. Украсьте елочки разноцветным драже.



ВЕНОК ИЗ ЗАВАРНЫХ ПИРОЖНЫХ

Для теста: 200 г сливочного масла или 250 г маргарина, 2 стакана воды, 2 стакана муки, 8-10 яиц. **Для крема:** 2 стакана молока, 1 ст. ложка крахмала, 1 ст. ложка муки, 2 желтка, 1 стакан сахара, 1 банка сгущенного молока, 400 г сливочного масла, ванилин на кончике ножа.

В небольшой кастрюльке вскипятите воду с нарезанным кубиками маргарином. В кипящий «бульон» всыпьте муку, убавьте огонь и, не снимая кастрюльки с огня, активно размешайте, чтобы масса получилась абсолютно однородной и отставала от стенок кастрюльки. Снимите с огня и дайте остыть до чуть теплого состояния. Вбейте в полученное тесто яйца по одному, каждое яйцо вмешивая и растирая до полной однородности теста.

На противень расстелите кальку или пергамент, смажьте слегка маргарином и отсадите из молочного пакета со срезанным уголком (диаметр среза примерно 1 см) небольшие шарики.

Поместите противень в хорошо разогретую духовку. Убавьте огонь в духовке до среднего и выпекайте эклеры до золотистого цвета, не открывая дверцу. Вынимать их можно только в том случае, если они хорошо подсухнут, сверху будут твердыми и хорошо отделяются от кальки.

Горячие пирожные складывайте в эмалированную кастрюлю под крышку. **Крем:** смешайте крахмал, муку, сахар, добавьте желтки, все хорошо разотрите, а затем разведите небольшим количеством молока, чтобы масса напоминала жидкую сметану.

Остальное молоко вскипятите в алюминиевой кастрюльке, в кипящее молоко влейте яично-молочную заготовку и поварите на слабом огне, постоянно размешивая, до загустения. Оставьте остывать. В остывший крем добавьте ванилин и содержимое 1 банки сгущенного молока. Все хорошо перемешайте. Мягкое сливочное масло взбейте миксером в стеклянной или керамической посуде, продолжая взбивать, добавляйте небольшими порциями заварной крем. Когда собьете весь — крем готов.

Остывшие эклеры разрежьте сбоку острым ножом и аккуратно чайной ложечкой наполняйте их пустую полость кремом. Можно смазать верх тонким слоем крема и обвалять в крошках от печенья, измельченных орешках или покрыть шоколадной глазурью.

Готовые пирожные украсьте растопленным шоколадом и рисунком из подкрашенного крема.

ПИРОЖНОЕ «НОВОГОДНЕЕ»

Приготовьте тесто по тому же рецепту, как на брауни, вылейте его на застеленный пергаментом противень и испеките большой пласт. Готовый пласт разрежьте на треугольники, зеленой глазурью, как в рецепте печенья с елочками, нанесите рисунок, украсьте посыпкой, драже и вставьте коктейльные палочки.



ПРАЗДНИЧНАЯ СЕРВИРОВКА

Если вам удалось купить дорогие бумажные салфетки красного цвета и большого размера, они отлично подойдут для новогодней сервировки.

Вырежьте из белой плотной бумаги кружки с волнистым краем из расчета по 2 кружка на каждого присутствующего. Сложите кружки и склейте на одну треть периметра, сделайте надрез для салфетки, а на верхнем кружке нарисуйте глаза и улыбающийся рот. Вставьте салфетки в разрезы импровизированных колец и разложите их по тарелкам. Они выглядят как маленькие Дед Морозы и создают праздничное настроение.



УКРАШЕНИЕ ДЛЯ ПИРОГА

В пироге все важно: и тесто, и начинка, и красота. И как раз с последним у многих хозяек проблема, не хочется тратить время на вырезание всяческих листиков и цветочков. Но для красоты пирога достаточно и ажурного бортика. Причем, для его оформления не обязательно использовать привычную всем вилку. Сломайте стереотип и сделайте красивый бортик с помощью ложки, штопора, щипцов или мерной ложечки. На самом деле подойдет любой предмет кухонный утвари, просто не забудьте перед употреблением его хорошенько вымыть.

ЛЕДЯНЫЕ ШАРЫ

Если вы хотите украсить дорожки своего сада большими яркими шарами, вам понадобятся воздушные шарики и пищевые красители.

Отмерьте сколько воды надо залить в шарик, чтобы у вас получился шар нужного размера, для чего налейте в него воду, затем вылейте в любую емкость и добавьте в воду побольше пищевого красителя, чтобы получился насыщенный цвет.

Заполните подкрашенной водой столько шариков, сколько вам надо и вынесите их на мороз. Когда вода в шариках замерзнет, снимите резиновую оболочку (шарики) и у вас останутся красивые ледяные разноцветные шары, которые незабываемо смотрятся на белом снегу.



В ЛОЖЕ ИЗ ФОЛЬГИ

Многие хозяйки накрывают пищевой фольгой большой кусок мяса или тушку птицы, чтобы она равномерно запекалась в духовке. Почему бы не использовать эту функцию фольги и для выпечки, если ваша духовка не дружит с дрожжевым тестом (низ и бока поджаривает за короткий срок до плотной темной корки, а верх за это время даже подрумяниться не успевает)?

Выстелите форму не привычным пергаментом (бумагой для выпечки), а фольгой. Она уменьшит воздействие температуры на низ и бока, и те будут запекаться в одном режиме с верхом пирога.

ДОБАВЬТЕ СОДЫ

Мы привыкли к тому, что сода нужна для подъема теста, и используем ее только в выпечке или для чистки посуды. А она может помочь и в приготовлении еды.

● Если вам надо побыстрее карамелизовать мелко порезанный лук, высыпьте его на сковороду с раскаленным маслом, жарьте несколько секунд, помешивая, чтобы он покрылся маслом, а потом посыпьте содой из расчета четверть чайной ложки на большую луковицу, и перемешайте. Лук приобретет красивый золотистый цвет в два раза быстрее.

● При приготовлении картофельного пюре, перед тем, как начать измельчение, добавьте в картофель щепотку соды. Пюре получится более легким и воздушным.



ЧИСТИТЕ ЛОЖКОЙ

Напиток из имбиря — отличное средство, чтобы согреться в зимние холода или остановить зарождающуюся простуду. Вот только у этого корня есть один недостаток, из-за причудливой формы его трудно чистить. Обычно слишком много мякоти уходит в отходы. Чтобы избежать этого, просто замените нож на обычную ложку и соскребите кожицу ложкой, вместо того, чтобы срезать ее.

КОРЕЙКА НА ГОРЯЧЕЕ

Если вы собираетесь угощать домашних и гостей эскалопами из корейки, не забудьте перед жарением надсечь полоску жира, в противном случае у вас не получится красивой подачи. Сало и мясо готовятся разное время и сжимаются при жарке по-разному. Жировая полоска стягивает мясо, оно выгибается, образуя чашку, и в результате вместо красивого прожаренного куска мяса получается какое-то «блюдо».



КАК ДВЕ ПОЛОВИНКИ

Если для салата нужны виноград или помидорчики черри, чтобы разрезать их пополам, уходит уйма времени, но половинки все равно оказываются разными. А для украшения нужны одинаковые.

Выложите на большую перевернутую вверх дном тарелку горсть виноградин или помидорчиков, затем накройте второй такой же тарелкой и прижмите верхнюю рукой. Прижимайте не так сильно, чтобы раздавить ягоды, но достаточно, чтобы удерживать их от перемещения по тарелке (они не должны ерзать по скользкой поверхности). Теперь надо просто взять тонкий длинный нож, просунуть его между двух тарелок и разрезать виноградины и помидорчики на равные половинки.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

Электро-ножеточка

АКЦИЯ

Специальные направляющие заточат нож по всем правилам — с нужным углом заточки. Обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием, ножницы, отвертки. Мощная - работает от электричества!

Также в продаже **Электро-ножеточка** (от 2 шт.) — **890 руб./шт.**

1190 руб.

1390 руб.



Пельменница-лапшерезка

пельменница **2490 руб.**
пельменница-лапшерезка **2190 руб.**

3290 руб.

- Раскатывает тесто (9 уровней толщины);
- равномерно распределит начинку;
- делает пельмени-равиоли;
- нарежет лапшу толщиной от 2 до 7 мм.

Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

от 1 шт. **1190 руб.** от 2 шт. **990 руб.**
Золушка-стерео* **1390 руб. 1190 руб.**

* - в комплекте два излучателя.

Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Россия.

Экологичный утилизатор отходов «Санэкс»

Биопрепарат «Санэкс» очистит выгребную яму и дачный туалет от органических отходов и уничтожит неприятные запахи! Упаковки (400 г) хватит на 4 летних сезона! Пр-во: Польша.

Трость складная с фонариком

• Устойчивая и надежная опора при ходьбе по лестницам, крутым поворотам, дорогам из песка и камней; • не скользит; • складывается в 5 вариантах. В сложенном состоянии легко помещается в сумочку! Максимальная нагрузка 115 кг. Максимальная высота 94 см. Пластик, 0,5 кг.

Сапоги «Сноу Бут» (ЭВА)

	без меха	с мехом
мужские (размеры: 40-47)	1390 руб.	1990 руб.
	1090 руб.	1590 руб.
женские (размеры: 36-41)	1290 руб.	1790 руб.
	990 руб.	1390 руб.

- Для дачников, рыбаков, любителей активного отдыха;
- в 4 раза легче резины; • от +20 до -30 °C; • подошва не скользит.

Чудо-конструктор «Банчемс»

	от 1 шт.	от 2 шт.
400 шт.	990 руб.	790 руб.
600 шт.	1390 руб.	1190 руб.
800 шт.	1770 руб.	1570 руб.

- Суперхит в Европе! • яркие цветные шарики-репейники легко и надежно сцепляются, образуя любые фигуры;
- вызовет у ребенка восторг; • заменит ВСЕ учебные пособия. Подарите ребенку учение с увлечением! Детям от 4 до 99 лет.

Чудо-дорога

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостами, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 метра (220 деталей). Устройте невероятные гонки! **Гоночная машинка светится в темноте.** Гарантия 1 год.

Чудо-дорога (от 2 шт.) — **1290 руб./шт.**
дополнительная машинка — **230 руб./шт.**

Электрический

1990 руб.

измельчитель «Молния»

Готовьте с помощью измельчителя быстро и легко! Он нарезает, измельчает, перемалывает и делает пюре. Нажмите кнопку, и прибор нарежет овощи, фрукты, сыр, мясо или орехи. Готовьте супы, салаты, соусы, детское питание, десерты, и даже коктейли! 300 Вт; объем чаши - 1,8 л; пластик, нерж. сталь марки 420.

Терка-шинковка

1360 руб.

- Натрет, шинкует сыр, овощи, фрукты, орехи; • защитит пальцы; • собирается за 30 секунд;
- продукты ссыпаются в удобную емкость. 228×130×260 мм. Россия.

Духовка-гриль

2980 руб.

- Находка для маленькой кухни или дачи; • приготавливает горячие бутерброды, тосты, запечет мясо, рыбу;
- для разогрева пищи. 3 режима, таймер, автовыключение. В комплекте: решетка для тостов, лоток для запекания, поддон для сбора крошек. 8 л; 800 Вт; 220 В; 22×37×20 см; 2,5 кг; Пр-во: Китай.

Чудо-печь

1,8 кВт (на 40 м³) **2840 руб.**

2,6 кВт (на 60 м³) **3380 руб.**

Работает на дизеле и керосине (расход — 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м³)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.

Пленочный обогреватель

Черно-белый (120×58 см) **1790 руб.**

Фотопейзаж (100×60 см) **1990 руб.**

- Обогреет площадь 15 м² дома и на даче;
- не сушит воздух; • безопасен — не обжигает (t = 75°). Пр-во: Россия.

Электрогрелки

«Сапог 3 в 1» **1590 руб.**

Электропростынь **2290 руб.**

- Согреют в холодные дни дома и на даче; • облегчат боль в спине, ногах. 30-70 Вт. Пр-во: Россия. Гарантия 12 мес.

Пневматический пистолет

Пистолет «Макаров». (Металл) 165 мм. США **5190 руб.**

Пистолет. (Пластик) 180 мм. США **3490 руб.**

Винтовка. (Металл, пластик) 1090 мм. Россия **5480 руб.**

Точные копии известных моделей пистолетов. Для самообороны и развлекательной и спортивной стрельбы. Не является оружием. Калибр: 4,5 мм. Скорость выстрела: 105-120 м/с. Источник энергии: CO2. Мощность: до 3 Дж.

Ледоступы

790 руб.

- Для ходьбы в гололед;
- от падений и травм;
- легко надеваются на любую обувь (36-43 размер).

Незаменимы для пожилых людей.

Ледоступы (от 2 шт.) - **590 руб./шт.**

Игрушка-повторюшка

«Кукла Маша» **1190 руб.**

«Хомяк» **990 руб.**

- Двигаются; • смешно повторяют слова. Смех и веселье гарантированы!

Утягивающие шорты (бежевые)

АКЦИЯ

без бретелек **1580 руб. 790 руб.**
с бретельками **1780 руб. 890 руб.**

Идеальная фигура в новогоднюю ночь? Просто! Без диет и тренировок! С утягивающими шортиками; вы станете на 1-2 размера стройнее, ваше тело приобретет соблазнительные изгибы, а складки, бока и животик исчезнут! Ваши ягодички станут упругими. Блистайте как голливудская звезда! Пр-во: КНР. Измерьте объем бедер: S=71-86 см, M=78-92 см, L=83-101 см, XL= 89-110 см, 2XL=103-124 см, 3XL=120-140 см.

Черные шорты — в ПОДАРОК!

Моделирующий бюстгалтер «АхБра» (компл. 3 шт.)

1490 руб.

- Максимальная поддержка груди; • без швов и крючков;
- свобода движений даже при занятиях спортом. Размеры: S=86-89 см, M=91-94 см, L=98-102 см, XL=105-109 см. В комплекте 2 цвета: белый, черный. Состав: нейлон — 96%, лайкра — 4%. Пр-во: КНР.

Бюстгалтер «АхБра» — **540 руб./шт.**

Усилитель звука заушный

2540 руб.

1990 руб.

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).

Усилитель «Супер слух» (при потере слуха до 90%) — **3890 руб. 2990 руб.**

Эпилятор «Твиззи»

1190 руб.

Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Мини-эпилятор удаляет волоски с корнем.

Антенна цифровая

1690 руб.

• Федеральные и каналы в HD-качестве без абонентской платы во всех регионах РФ; • приставка усиливает сигнал комнатной антенны даже в зоне плохого приема. Вход USB, блокировка от детей, таймер сна, меню на русском языке! 6 Вт; пульт д/у в комплекте.

Электропрямка

4980 руб.

- Прядет из пуха, любой шерсти, синтетики;
- скручивает нити в одну; • бесшумна; • компактна (25×22×12 см, вес — 2,7 кг).

Пр-во: Россия. Гарантия 1 год. В продаже катушки и ремни.

Отпугиватель грызунов «ЭлектроКот»

«Классик» (до 200 м²) **1590 руб.**

«Турбо» (до 400 м²) **1790 руб.**

Прогонит крыс и мышей на площади до 200 — 400 м² с помощью ультразвука. Безопасен для человека и домашних животных. Работает от сети 220 В. Пр-во: Россия.

Измельчитель кормов электрический

3790 руб.

Измельчает: • зерно — до 300 кг/ч; • траву, сено — до 150 кг/ч; • овощи — до 400 кг/ч. Быстрая помощь в подсобном хозяйстве! 220 В; 0,84 кВт. Россия.



Мир Комфорта

www.mir-c.ru

Доставка по всей России и Казахстану

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас!

8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)

8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.

Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 40.

Предложение действительно до 31 декабря 2017 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%.

ОГРН 1154350001057

ООО «МК-Групп» г. Киров, ул. Воровского, 107, отдел 40.

реклама

НАЕДИНЕ

Мы встречались с будущим мужем почти 8 лет, а год назад поженились. Мне сейчас 25, мужу — 29. Я считаю, что сейчас наступило то самое время, когда пора подумать о ребенке, и несколько раз пыталась серьезно поговорить об этом с мужем. Но он сначала откладывал этот разговор на неопределенное время, а потом стал говорить, что еще не готов воспитывать ребенка и боится брать на себя такую ответственность.

Подскажите, как мне убедить мужа в том, что нам уже пора иметь детей?

Такие слова, как: «Я еще не готов, это большая ответственность...», слишком общие и неконкретные. На Вашем месте я бы обязательно серьезно, но тактично поговорила с мужем о том, почему именно он не хочет пока обзаводиться наследником. Это могут быть разные причины.

● Хочет подольше пожить «для себя»: что-то еще приобрести, поездить по миру и так далее.

● Еще не разобрался, насколько надежен ваш брак и та ли Вы женщина, с которой он будет счастлив всю жизнь.

● У него перед глазами пример друзей или приятелей, которые поспешили обзавестись детьми, а теперь развелись с женами и платят алименты, а такой оборот событий его не устраивает.

● Боится, что после рождения ребенка Вы свою любовь и заботу целиком будете отдавать ему, а мужу будут оставаться жалкие крохи Вашего внимания.

● Боится, что не сможет обеспечить семью с маленьким ребенком — Вы же не будете какое-то время работать!

Вот когда выясните истинную причину его «неготовности», тогда и действуйте.

Убедите мужа в том, что сейчас самое время для деторождения. А дальше кто знает, какие проблемы могут возникнуть и с беременностью, и с родами, и со здоровьем малыша... Ведь всем известно, что чем старше родители, тем выше вероятность рождения у них детей с врожденными отклонениями или генетическими заболеваниями. Скажите еще, что через какое-то время, привыкнув к беззаботной жизни, Вы сами можете уже не захотеть себя обременять проблемами, связанными с ребенком.

Понаблюдайте за мужем, когда вы бываете в гостях у друзей, имеющих маленьких детей. Ваш муж смотрит на них с умилением и нежностью, или с перекошенным лицом, мечтая поскорее уйти домой, где никто не плачет, не кричит, не бегают, не пристает с вопросами? Если он относится к большинству мужчин, которые хотят иметь детей, но побаиваются по каким-то из вышеперечисленных причин, тогда очень аккуратно, тактично и ласково объясните мужу, что когда у вас с ним появится малыш, он может рзительно изме-

ниться и стать образцовым отцом — любящим и заботливым, хотя сам этого сейчас еще не понимает.

Моя дочь развелась с мужем, и я, конечно, очень переживаю. Но не столько за дочь, хотя мне очень ее жалко, сколько за пятилетнего внука. Его родители думают, что ребенок ничего не понимает, а я вижу, что мальчик совсем потерялся: его родной и привычный мир, полный любви и нежности, стал совсем другим — в нем происходит что-то ужасное, а в чем он виноват и чем это может обернуться для него, понять не может.

Несмотря на свой нежный возраст, мальчик стал грустным, задумчивым и почти не задает взрослым вопросов. Что происходит в его голове? Как объяснить ему, почему так изменилась его жизнь? Что можно сделать, чтобы как-то облегчить ее?

Родители ребенка развелись не в один момент. Безусловно, разводу предшествовали серьезные и тяжелые разговоры, выяснения отношений, взаимные обвинения, может быть, мама с папой на какое-то время уже расставались — во всяком случае, обстановка в доме очень изменилась, и ребенок не мог этого не заметить.

В этом возрасте, как у Вашего внука, в скандалах, происходящих между родителями, а тем более, в их разводе, дети всегда склонны винить себя: «Папа ушел, потому что я плохой: плохо ем, не убираю свои игрушки, он ведь говорил мне, что я упрямый и не слушаюсь его».

Некоторые дети начинают вести себя как младенцы: сосут палец, начинают картавить, мочиться в постель. Те малыши, которые часто болеют, иногда начинают даже симулировать плохое самочувствие, тем более, что они хорошо знакомы с симптомами, которые особенно настораживают взрослых.

Таким образом они пытаются привлечь к себе внимание родителей, а может, и примирить их.

Сказать ребенку о разводе и как? Конечно, лучше сказать, причем в ходе совместной беседы. А начав такой разговор, родители вынуждены будут объяснить причину распада семьи — конкретно и в двух словах — ребенку (а возможно, и себе). Такой общий разговор поможет малышу сохранить доверие и к маме, и к папе — в его душе не оста-

нется обиды из-за того, что от него скрыли известие о таких важных переменах в их жизни.

Сообщая ребенку о разводе, надо обязательно подчеркнуть, что это произошло не из-за него. И хотя теперь папа не будет жить вместе с мамой, он по-прежнему любит сына, а в выходные дни и праздники мальчик будет с отцом встречаться, вместе гулять, играть, делиться своими проблемами, и сын всегда может рассчитывать на помощь и поддержку отца.

Я вышла замуж 10 лет назад. Живем с мужем хорошо, но почти как брат с сестрой. Близость у нас с ним бывает крайне редко. Примерно полгода назад у меня завязался роман с человеком, в которого я влюбилась «по уши». Он



очень интересный человек — веселый, с хорошим чувством юмора. Вот с ним у нас абсолютная гармония. Нам так хорошо вместе, что он говорит, что хотел бы быть моим мужем.

Но мой муж ничего плохого мне не сделал, и я уверена, что он меня любит.

А когда однажды, когда мы не прожили вместе еще и трех лет, я решила от него уйти, для него это стало таким ударом, что он сказал: «С твоим уходом закончится моя жизнь».

Мне стало его так жалко, что я осталась.

Если я сейчас опять заведу разговор о разводе, боюсь, что драма, которую мы уже пережили вместе, повторится. Не хочу быть предательницей хорошего человека, но и с другим будущее туманно. Сейчас у меня налаженная жизнь с человеком, которому я полностью доверяю, а что меня ждет в будущем, неизвестно. Подскажите, как мне поступить.

Вы прожили с мужем 10 лет, хотя сейчас с ним не чувствуете себя женщиной, потому что близость у вас бывает редко. А Вы не пробовали поговорить с мужем на эту тему? Может быть, надо обратиться к врачу, и он поможет решить эту проблему? Ведь до этого времени Вы ничего подобного не предпринимали!

С мужем Вас связывают десятилетние отношения, а с новым мужчиной только секс. Что он за человек? Как поведет себя в семейной жизни? Вы пишете, что он очень веселый, каждый день воспринимает как праздник. Но сейчас каждая ваша встреча и есть праздник — Вас с ним не касались еще вопросы быта, нехватки денег, усталости после рабочего дня, болезней, отношений с родственниками... А в жизни бывают не только праздники, но и тяжелые будни... Если у Вас есть хоть какие-то причины для сомнений в новых отношениях, не торопитесь. Разберитесь в своих чувствах и хорошенько присмотритесь к мужчине, с которым Вы думаете связать свою судьбу.

Моей маме скоро 60. Но недавно они с подругой активно занялись своей внешностью: сели на диету, стали ходить в салон красоты. В результате похудели килограммов на 20 каждая и за полгода стали просто красотками.

Теперь у них появилось новое увлечение: они начали носить вызывающие вещи, следуя молодежной моде, и при этом ободряют друг друга и восхищаются собой. А мне смотреть на них то смешно, то грустно, а иногда бывает просто стыдно идти рядом с мамой по улице. Как мне с ней поговорить, чтобы не обидеть ее и не поссориться с ней?

А если бы Ваша мама не сбросила 20 килограммов, а набрала 30, Вам не было бы стыдно идти рядом с ней? Или если бы она с очень большим лишним весом носила только растянутые кофты по моде прошлого века и бесформенные балахоны, Вам было бы не грустно и не смешно? Мне кажется, Вы просто не понимаете свою маму и ее подругу — потому что не хотите понять. А чтобы понять человека, надо поставить себя на его место. Представьте себе, что в те годы, когда Ваша мама была молодой и стройной, в стране был тотальный дефицит, и девушки, чьи фигурки позволяли одеть их в красивые, модные и «вызывающие» одежды, не имели возможности ни купить, ни сшить эти самые одежды. А сейчас, когда глаза разбегаются от изобилия модной одежды и обуви, да такой, о какой во времена молодости Ваша мама и ее подруга и мечтать не могли, так велик соблазн, наконец, как следует принарядиться! Ну и что, что молодость прошла, зато появились возможности.

Поговорите с мамой о том, как она жила в юности, возможно, Вам удастся понять ее и даже одобрить ее эксперименты.

Не осуждайте маму и не стыдитесь ее вида. А лучше порадитесь за нее, ведь она за все эти годы не утратила желания быть красивой! И почему бы Вам самой не помочь маме реализовать несбывшиеся мечты? Мне кажется, вы с ней на этой почве подружились бы еще больше.

Мы с мужем живем вместе уже пять лет. Но все это время мою жизнь из всех сил портит свекровь. Она винит абсолютно во все тонкости нашей жизни, бесконечно читает нотации и подвергает критике абсолютно всё, что бы я ни сделала. Я стараюсь ей не перечить, не высказывать своего недовольства и обид, а слушаю всё, что она говорит, молча исправляю свои ошибки и ни в чем ей не прекословлю.

Но она после этого, по-моему, не успокаивается, а распаляется еще больше и еще больше начинает придирается.

Молча терплю, сколько могу, а когда терпение заканчивается, просто собираю свои вещи и ухожу.

Тут свекровь приезжает ко мне, рассказывает, как мой муж страдает без меня, и уговаривает вернуться. Я, жалая мужа, возвращаюсь, но в поведении свекрови ничего не меняется и все начинается сначала. Не могу понять, чего она добивается и почему таким способом отравляет нам жизнь. Что мне делать? Понимаю, что так жить дальше нельзя, но не знаю, можно ли что-то изменить и как.

Подскажите, пожалуйста.

Ваша свекровь, скорее всего, принадлежит к тому разряду людей, которые стремятся ни на минуту не выпускать из-под контроля окружающих, а больше всего хотят руководить ими, причем даже в мелочах. Вы ничего не пишете об этом, но сын у нее, наверное, единственный, поэтому она никак не хочет отпускать его от себя.

С другой стороны, ей, как любой матери, хотелось бы, чтобы у ее сына была надежная спутница жизни. Вот почему она после каждого Вашего «ухода» уговаривает Вас вернуться.

Вот и получается, что, стремясь к полному контролю вашей жизни, она сама не знает, чего хочет. Ведь если бы Вы бунтовали, скандалили, настаивали на своем, она бы видела в Вас врага и не стала бы звать Вас обратно, когда Вы собираете вещи и уходите, а праздновала бы свою победу: удалось разлучить любимую невестку с любимым сыночком. Но Вы ей не противоречите, молчите и практически ей потакаете. Значит, с каждым Вашим возвращением она становится всё увереннее, что может руководить Вами, тем более, что Вы сами не отстаиваете свои права.

Если Вы хотите изменить ситуацию, не вступая со свекровью в пререкания, поступайте так, как считаете нужным сами, а не Ваша свекровь. А если не хотите, чтобы свекровь вмешивалась в Вашу личную жизнь, не молчите и не уходите, а спокойно и тактично объясните свекрови, что отныне будете строить свою жизнь не с ней, а с мужем, и именно так, как хотите вы.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

С ПСИХОЛОГОМ

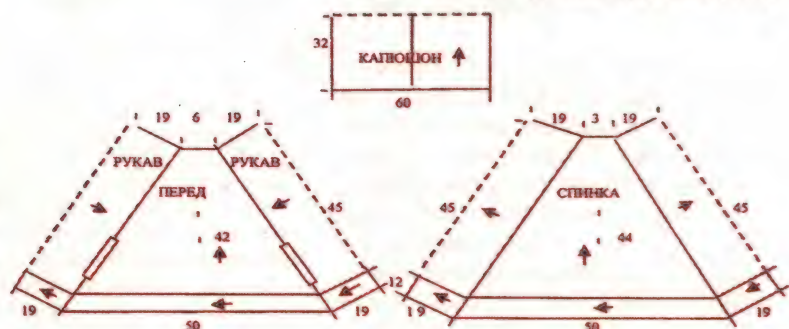
Размер 46-48. Длина по спинке 60 см.

НАКИДКА-ТРАПЕЦИЯ С КАПЮШОНОМ

Теплая накидка в форме трапеции с капюшоном и прорезями для рук наверняка станет для вас незаменимой и любимой!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 100 м/100 г) — 700 г; спицы № 5 или 6; игла для сшивания.



Узоры:

— лицевая гладь

— узор для боковых частей накидки: наберите на спицы количество петель, кратное 4, плюс 2 п. для симметрии.

1-й ряд: * 2 изн., 2 лиц. *, от * до * чередуйте до конца ряда, 2 изн.

2-й ряд: как 1-й.

3-й ряд: как 1-й.

4-й ряд: * 2 лиц., 2 изн. *, от * до * чередуйте до конца ряда, 2 лиц.

Повторяйте узор с 1-го ряда.

Описание работы

Накидка состоит из нескольких частей, имеющих разное направление вязания. На выкройке направление вязания отмечено стрелками.

Перед: наберите на спицы 58 п. (по 3 п. из них с каждой стороны — кром.) и свяжите лиц. гладью снизу вверх центральную трапециевидную часть переда, убавляя в начале каждого ряда по 1 п. Закройте 6 п., оставшиеся в центре горловины.

Спинка: наберите на спицы 58 п. (по 3 п. из них с каждой стороны — кром.) и свяжите лиц. гладью снизу вверх центральную трапециевидную часть спинки, убавляя в начале каждого ряда по 1 п. Закройте 2 п., оставшиеся в центре горловины.

Боковые части (рукава): наберите из каждой кром. п. по 1 п. (в результате из каждого ряда полотна из лиц. п. получится 1 п. для вязания боковых частей накидки). Свяжите 8 раппортов (32 ряда). Со стороны горловины закройте 3 раза по 1 п., чтобы горловина переда получилась ниже горловины спинки. Закройте все петли. Пришейте аккуратно боковые части к полотну переда, оставив незашитыми по 20 см (для рук).

Нижняя полоса: наберите на спицы 12 п. и свяжите поперечную полосу длиной 138 см, чередуя 2 лиц. и 2 изн. р. Длину полосы сверьте с готовой накидкой. Все петли полосы закройте и пришейте к накидке.

Капюшон: наберите на спицы 50 п. Свяжите полосу шириной 60 см, высотой 32 см: 4 п. — платочной вязкой, 42 п. — лиц. гладью, 4 п. платочной вязкой. Закройте все петли, сложите капюшон пополам и аккуратно зашейте верхний шов. Слегка присборьте вывязанную горловину накидки и пришейте капюшон.

Облегающий кардиган на пуговицах до талии и узкими рукавами с погончиками связан на спицах простейшими узорами, но воспринимается, как деловая одежда, в которой вы везде сможете выглядеть достойно.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 200 м/100 г) — около 800 г; спицы № 3,5; булавки для снятия петель, игла для сшивания, 4 пуговицы $\varnothing$ 3 см.

— платочная вязка

— резинка 1 х 1 (1 лиц., 1 изн.)

— встречные жгуты. Для образца наберите на спицы 14 п.:

1-й ряд — кром., 3 лиц., 6 изн., 4 лиц.
(включая кром.).

2-й ряд — ИЗН. П.

3-й ряд — кром., 3 п. снимите на вспомогательную спицу и оставьте **перед** работой, 3 лиц., 3 лиц. провяжите со вспомогательной спицы, 3 п. снимите на вспомогательную спицу и оставьте **за** работой, 3 лиц., 3 п. провяжите со вспомогательной спицы, кром.

4, 6, 8 и 10-й ряды — изн. п.

5, 7 и 9-й ряды — лиц. п.

11-й ряд — кром., 3 п. снимите на вспомогательную спицу, оставьте **за** работой, 3 лиц., 3 лиц. п. провяжите со вспомогательной спицы, 3 п. снимите на вспомогательную спицу, оставьте **перед** работой, 3 лиц., 3 п. провяжите со вспомогательной спицы, кром., изн. п.

12, 14 и 16-й ряды — изн. п.

13 и 15-й ряды — 4 лиц., 6 изн., 4 лиц.
Повторяйте узор с 1-го по 16-й ряд.

Сначала сделайте себе выкройку в натуральную величину и в процессе вязания почаще прикладывайте полотно к выкройке. Это необходимо для вывязывания горловины и рукава с погоном.

Перед: наберите на спицы 47 п.

1-й и все нечетные ряды вяжите лиц. п.,
2-й и все четные ряды: 10 лиц. (включая
кром.), 9 изн., 9 лиц., 9 изн., 10 лиц.
(включая кром.).

Свяжите этим узором **78 р.** Следующие **8 р.** свяжите резинкой 1 х 1, далее вяжите платочной вязкой. Провязав **54 р.** платочной вязкой от талии, закройте 6 п. для проймы, в следующем ряду закройте сразу 3 п. и 2 раза по 1 п.

Провязав от талии платочной вязкой **84 р.**, снимите 10 п. со стороны застежки на булавку для последующего вязания горловины. В следующих **10 р.** снимайте на булавку по 1 п. через ряд со стороны горловины. Еще **8 р.** провяжите без изменения количества петель. Закройте все петли.

первой.

Примечание: провязав 4 р. резинкой, закройте на правой полочке 3 п. для пуговицы, следующие петли для пуговиц делайте через каждые 10 р.

Спинка: наберите на спицы 90 п. Вяжите **1-й** и все нечетные ряды лиц.

2-й и все четные ряды:
10 лиц. (включая кром.),
9 изн., 9 лиц., 9 изн., 10
лиц. (включая кром.).

Свяжите этим узором **78 р.** Следующие **8 р.** — резинкой 1 x 1, далее вяжите платочной вязкой. Провязав **54 р.** платочной вязкой от талии, закройте по 6 п. с каждой стороны спинки для проймы, в следующем ряду закройте сразу 3 п. и 2 раза по 1 п.

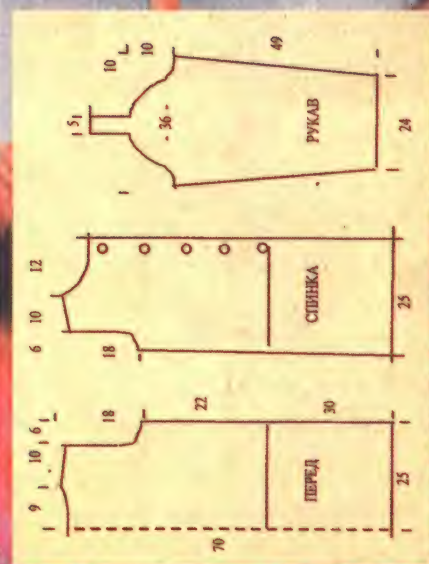
Далее вяжите без изменения количества петель до линии горловины. Сделайте неглубокую горловину и закройте все петли.

Рукав: наберите на спицы 44 п. Свяжите **10 р.** резинкой 1 х 1. Со следующего ряда вяжите: 16 п. платочной вязкой (включая кром.), 12 п. два встречных жгута (по описанию узора), 16 п. — платочной вязкой, со стороны швов прибавляйте по 1 п. с каждой стороны через каждые 6 р.

Через **150 р.** закройте по 6 п. с каждой стороны для проймы, в следующих **22 р.** закрывайте по 1 п. в начале ряда. Затем закройте все петли рукава, кроме петель жгута и 2 п. с каждой стороны от жгута (16 п.) и свяжите их на длину плеча, убавьте с каждой стороны по 2 п. для шва, петли погона (жгута) оставьте открытыми и снимите их на булавки.

Сшейте каждый погон с линией плеч переда и спинки. Переснимите все петли горловины с булавок на спицы и свяжите 12 р. платочной вязкой для круглой горловины. Закройте все петли.

Сборка: сшейте рукава, боковые швы, вшейте рукава, пришейте пуговицы.



Подготовила
Юлия ИВАНОВА

Размер 46-52. Длина по спинке без бахромы — 44 см.

ПОНЧО ИЗ КВАДРАТОВ

Пончо, состоящее из 14 больших квадратов, вязать очень увлекательно! А потом останется только обвязать готовое изделие по горловине и по низу.

Свернув пончо по вертикали, вы получите другую вещь с V-образным вырезом спереди и на спинке!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа цвета хаки и белого цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 300 м / 100 г) — 450 и 80 г; крючок № 2,5; игла для сшивания, крючок для изготовления бахромы.

Узоры:

- квадрат, связанный по схеме I
- обвязка нижнего края — по схеме II

Описание работы

Перед: свяжите 6 квадратов со стороной 20 см, соедините их в процессе вязания в два ряда. В первом ряду 4 квадрата, во втором (верхнем) — 2 квадрата.

Такое же количество квадратов свяжите для спинки.

Затем свяжите еще 2 квадрата (по одному для левой и правой стороны) и присоедините каждый квадрат следующим образом: две стороны к переду, две стороны к спинке. На выкройке цифрами 1, 2, 3, 4 отмечены стороны каждого квадрата и стороны квадратов перед и спинки, к которым следует их присоединить.

Отделка: обвяжите горловину ст. б/н. по кругу. Весь низ пончо обвяжите по кругу следующим образом:

1-й ряд — ст. с/н. в каждую в. п. и ст. с/н. последнего ряда квадрата,

2-й ряд — 3 ст. с/н. с одной вершиной, 2 в. п.,

3-й ряд — 3 ст. с/н. в арку из 2 в. п. предыдущего ряда.

Бахрома: нарежьте пряжу белого цвета по 30 см. Возьмите 3-4 нити, сверните их пополам, введите крючок в нижний край пончо с лицевой стороны, вытяните петлю из свернутых пополам ниток, протяните их крючком на изнаночную сторону и в полученную петлю протяните концы ниток. Затяните полученную бахрому. И так по всему краю. Ваше пончо готово!

Схема II

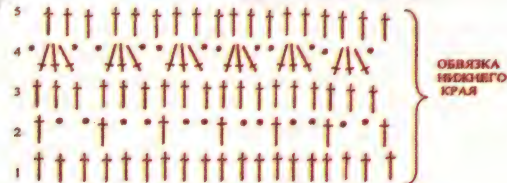
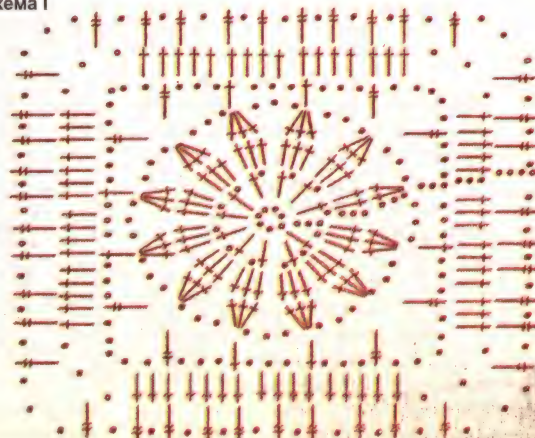


Схема I

**Условные обозначения:**

- — воздушная петля (в. п.)
- — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ‡ — столбик с 2 накидами (с. с 2 н.)
- ⋈ — 3 ст. с/н. с общей вершиной.



НАРЯД ЗА ОДИН ВЕЧЕР

Настоящие мастерицы могут сотворить великолепный наряд из совершенно обычных вещей. Хотите попробовать свои силы?

Возьмите имеющуюся в вашем гардеробе однотонную блузку, джемпер или футболку, приклейте с помощью клеевого пистолета или пришейте вручную композицию из подходящих друг другу аппликаций и дополните блузу красивой драпировкой из эффектной ткани — тафты, атласа или бархата, пришив ее сбоку.

Совет. Лучше всего новая блуза будет сочетаться с одинаковыми по цвету брюками, тогда контрастная драпировка будет выглядеть еще эффектнее.



СВЕРКАЮЩАЯ ТОЛСТОВКА

Все очень просто! Чтобы стать обладательницей оригинального наряда, нужна всего лишь обычная толстовка или джемпер, ленты из пайеток, суперклея, картон и ножницы.

Разложите толстовку на столе, подложив внутрь картон. Нарежьте отрезки ленты произвольной длины, но достаточной для того, чтобы ленты свободно спускались ниже края толстовки, и приклейте суперклеем. Наклейте отдельные пайетки на полочку и отрежьте ненужные кончики.

Подготовила
Валентина КИРНОС





ДЛЯ ТЕПЛА И КРАСОТЫ

Войдя несколько лет назад в моду, гетры не сдают позиций. Все больше гетр разнообразных фактур и длины есть в арсенале модниц.

КРУЖЕВНОЙ ВЕРХ ИЛИ НИЗ?

● Длинные гетры, сшитые из рукавов от старого свитера, можно носить двумя разными способами. Обшитый кружевами край будет мешать в сапоге, в этом случае его лучше выпустить наружу. Но если вы надеваете гетры с туфлями, кружева лучше будут смотреться внизу.

ТЕМ, КТО НОСИТ ДЖИНСЫ

● Если вы заправляете узкие джинсы в сапоги, вам обязательно нужны гетры с плотной резинкой по одному краю. Их задача не столько добавить в ваш гардероб модную деталь, сколько плотно держать брючины джинсов, чтобы они не вылезали из голенищ и не собирались гармошкой.

ГЕТРЫ НА БОТИНКИ

● Тем, кто предпочитает сапогам ботинки, этот аксессуар просто необходим. Короткие ботинки и ботильоны никогда не прилегают плотно к голени. Хотите, чтобы в них не попадал снег и не дул ветер? Именно для этого и придумали гетры! Поскольку они должны налезать на ботинки вплоть до каблука, их лучше связать по размеру на спицах узором «резинка» или крючком столбиками без накидов. Способ украшения выберите на свой вкус.

ТУФЛИ С УКРАШЕНИЯМИ

● Вечеринка приблизилась очень быстро, и у вас не было времени купить праздничные туфли? Не беда! Попробуем превратить в нарядные те, что у вас есть.

Для этого нужно всего лишь соорудить небольшую композицию из ленточек, декоративных цветов, бусин, перьев или даже елочных шариков и прикрепить к туфлям — например, с помощью булавок, которую можно пристегнуть к шнуркам.



ЛЕГЧЕ, ЧЕМ КАЖЕТСЯ

Колье и браслеты, которые вы видите на этой странице, кажутся очень сложными в изготовлении. Но это не так. Для их воплощения достаточно обладать элементарными навыками, а получаются они такими красивыми и оригинальными, что вполне могут разнообразить праздничный наряд.

КОЛЬЕ

● Три метра трикотажной бейки сшейте по краю, нарежьте на равные отрезки, четыре отрезка отложите, остальные соедините в пучок, добавьте нанизанные на леску бусины подходящего цвета и, перекинув концы колье через два пластиковых кольца, закрепите нитью и замаскируйте бейкой, разделив один из отложенных ее отрезков пополам. Два из отложенных отрезка также протяните сквозь кольца, сложите пополам и сшейте их концы. У кольца закрепите верхнюю часть колье разъемными колечками, а посередине обмотайте оставшимся отрезком бейки и закрепите ее концы.

● Соедините на разъемное кольцо два отрезка цепочки разного сечения и нитку бус. Протяните через кольца отрезки атласной ленты, аккуратно закрепите их нитками. С одного бока приколите к кольцу красивую брошь.

КОЖАНЫЙ БРАСЛЕТ

● Широкая полоса кожи, разрезанная по диагонали, несколько плоских бусин и толстая проволока — вот все, что нужно для браслета. Если у вас нет приспособления для пробивания отверстий в коже, помните, что такую услугу часто оказывают в магазинах товаров для рукоделия. Если браслет с крупными бусинами вам не нравится, продерните сквозь отверстия кожаный шнурок, а мелкие бусины прикрепите с обеих сторон вдоль разреза прямо к коже браслета.



36 Своими руками НОВОГОДНИЕ ПОДАРКИ И СУВЕНИРЫ

Новый год — праздник подарков и сувениров. Одарить хочется всех друзей и знакомых. Вместо того чтобы тратить деньги на одинаковые безликие, сделанные китайскими рабочими сувениры, проще потратить немного времени и создать что-то приятное своими руками. Согласитесь, и дарить такие подарки, и получать гораздо приятнее, чем покупные.

БУТЫЛКА В ПОДАРОК

Поскольку этот праздник не обходится без спиртного, почему бы не превратить в подарок бутылку! Да и на вашем столе красивые бутылки добавят чуть-чуть шарма к празднику.

● Если вы хорошо шьете, смастерите для бутылочных официантов парадные фракные жилеты с воротничком и галстуком-бабочкой. Застежка на липучку сделает этот наряд многоцветным.

● Теплый трикотажный чехол из рукава от свитера плюс бант, пряжка или цветы из фетра (флиса) — и ваш подарок не останется незамеченным. В идеале цвета чехлов должны совпадать с цветами праздника, поэтому выбирайте зеленый, красный, белый и золотистый.

● Можете украсить бутылки на западный манер. Выкрасите их краской из баллончика и добавьте праздничный колорит: фетровые рога и пояс с колокольчиками для оленя, пояс с пряжкой и шляпу — для снеговика.

● Бечевка из пеньки или джута, отрезок кружева и новогодняя композиция из веточек, шишек, колокольчика и того, что есть под рукой — перед вами самая красивая бутылка с шампанским, какую только можно себе представить.

● Вы можете не украшать бутылки, а добавить им функциональности. Прорежьте отверстия в плотных пластиковых тарелках, наденьте их на пустые бутылки и получится отличная сервировочная этажерка, которая одновременно может служить и вазой для цветов. По желанию можете украсить бутылки ажурными рисунками, нанеся их через трафарет.



● Нет ничего проще, чем смастерить открытку, на которой елочка — это просто ветка с привязанными к ней ленточками зеленого цвета или игрушка из фетра в форме елки, украшенной разноцветными пуговицами. Сувенир небольшой, но очень милый.

ЩЕТКА — ДЕД МОРОЗ

Трудно представить себе в качестве подарка малярную кисть, но, оказывается, и из нее получается забавный Дед Мороз.

● Купите кисти с выкрашенными в красный цвет ручками, нарисуйте на них белые горошины. Металлическую часть, которая удерживает щетину, замаскируйте полоской белого меха, купленными в магазине фурнитуры «глазками» и вырезанным из красного фетра «носом». Такую игрушку лучше повесить на елку или куда-нибудь, где она будет лучше смотреться. Поэтому не забудьте прикрепить с обратной стороны подарка петельку.



СНЕГОВИК, КОТОРЫЙ НЕ РАСТАЕТ

● Перетяните моток белой пушистой синтетической пряжи в двух местах, чтобы получилось тело снеговика, верхнюю перетяжку замаскируйте шарфиком. Из толстой проволоки скрутите подобие рук-веточек и шляпы. Останется только приклеить пуговицы — и забавный снеговик готов.



ИГРУШКИ С ПЕРЕЛИВОМ

● Наверняка в вашем доме валяются CD и DVD диски, выбросить которые не поднимается рука. Превратите их в елочные украшения. Нарисуйте на дисках елочки, снеговиков, сердечки, шарики, звездочки, колокольчики и аккуратно вырежьте украшения по контуру острыми ножницами без пластмассовых ручек. Чтобы резать было легче, желательнее предварительно нагреть в горячей воде либо диски, либо ножницы. Помните, что резка дисков требует значительных усилий, поэтому можно набить мозоли на пальцах.

Чтобы украшения можно было повесить на елку, прожгите нагретой иглой отверстия в верхней части и проденьте нитку. В свете гирлянд такие игрушки будут переливаться всеми цветами радуги.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



НОВОГОДНЯЯ ФЕЕРИЯ

Лучший способ создать праздничное настроение – подарить себе новый наряд, способный превратить вас в королеву вечера. Предлагаем вам нашу коллекцию праздничных нарядов для души.

1 Почувствовать себя настоящей звездой поможет ярко-красное платье с оригинальным кроем юбки и асимметричными рукавами. Высокие сапоги – лучший комби-партнер для этого наряда.

2 Стильный наряд выглядит очень эффектно благодаря контрастному пластрону и поясу с декором металлической фурнитуры, открытой спинке и великолепной юбке с воланами.

3 Предпочитаете классический образ? Вам подойдет платье с прозрачным лифом, украшенным узорами из пайеток, прямой длинной юбкой

с высоким разрезом и баской, переходящей в волан.

4 Асимметричное платье из крепа и бархата «деворе» с рюшами, одним рукавом, бантом на талии и разновеликой длиной заслуживает пристального внимания модниц!

5 Платье макси из атласа с шарфом, отделанным бахромой – модель для модниц, выбирающих элегантность.

6 Хотите выглядеть экстравагантно? Выбирайте брючный вечерний наряд с одним рукавом, пышным бантом на плече и соблазнительным бюстье.

7 Бархат – один из модных трендов сезона. Примерьте



новинку — платье с одним рукавом с пышным воланом и поясом с бантом.

8 Насыщенный оранжевый цвет, американская пройма, воротник-стойка и крупные воланы — составляющие успеха этого потрясающего платья.

9 Благородное платье из мерцающей ткани с пелериной из подходящего по цвету атласа позволит вам продемонстрировать хороший вкус.

10 Платье-макси из ткани бордового цвета с глубоким декольте, декорированным стразами, и стилизованной накидкой — прекрасный выбор для вечернего торжества.

11 Элегантное платье с

американской проймой, стойкой, воланами и оригинальным покроем спинки не может остаться незамеченным в любой компании.

12 Прекрасное лиловое платье с одним плечом и диагональными воланами выглядит очень элегантно и современно.

13 Платье из атласа двух цветов с лифом-корсажем, маленькими рукавчиками и эффектным покроем юбки поможет продемонстрировать отличную фигуру и прекрасный вкус!

14 Платье-трансформер: с помощью пристегивающейся юбки из тафты, из которой сшит верх платья, модель можно изменить до неузнаваемости!

40 Ваш стиль

15 Превратить имеющееся у вас в гардеробе черное мини-платье в новый наряд поможет драпировка из синего атласа на груди и пристегивающаяся длинная юбка из той же ткани.

16 Платье из тафты цвета увядшей розы с корсажем, юбкой-шлейфом и оригинальными рукавами с бантами — прекрасный выбор для вечеринки.

17 Классика и элегантность — черное платье с асимметричным вырезом на



юбке, декорированном двойным черно-белым воланом — не требует дополнительных украшений.

18 Все дело в ткани! Платье самого обычного фасона превращается в великолепный наряд благодаря рукавам, выполненным из прозрачной ткани с нашитыми цветами из текстиля. Эффект дополняют длинные шнуры, на которые собраны манжеты рукавов.



14



15



16



17



18



Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА

Частные проблемы КАК МОЖНО ИСПОРТИТЬ ПРАЗДНИК

Хотя поговорку «Как встретишь Новый год, так его и проведешь», нельзя считать верной на 100%, никто не хочет, чтобы этот замечательный и любимый всеми праздник был испорчен. А больше всего разочарований в эту ночь, к сожалению, доставляют гости.

ВЫ НЕ ЖДАЛИ НАС?

«Есть в нашей большой компании один абсолютно безответственный обормот, который в прошлом году испортил мне праздник. Возможно, если бы я была гостьей, а не хозяйкой, я бы отнеслась к его выходке иначе. Гости были приглашены, стулья и приборы расставлены, порционные закуски приготовлены и поданы, ждали только его, а он звонил каждые пять минут и говорил, что уже подъезжает. Без двадцати двенадцать он, наконец, явился. Но не один. По дороге он встретил двоих однокурников с девушками и уговорил их поехать к нам, пообещав, что будет весело и здорово. Скоро бой курантов, а у меня ни посадить нежданных гостей некуда, ни места для них за столом не хватает, ни стульев, ни приборов, да еще и закуска на них не рассчитана. Конечно, все потом как-то утряслось и устроилось, ребята оказались необидчивыми и веселыми, и праздник всем понравился. Но для меня он был испорчен». Карина, 27.

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

По правилам этикета хозяйка имеет право не принять незваных гостей, но, конечно, не в новогоднюю ночь. И конечно, хозяйка за такую выходку имеет право сказать нерадивому гостю, что если он позволит себе подобный поступок в будущем, то его просто не пустят на порог, и он будет вынужден отправиться со своими гостями куда хочет.

МАЛЕНЬКИЕ МОНСТРЫ

«Никогда не думала, что радостный праздник, который родом из детства, могут испортить дети. Все наши друзья люди семейные. Так случилось, что мы с мужем единственные, кто еще не обзавелся детьми, остальные произвели на свет наследников с небольшим перерывом. Мы даже традицию совместной встречи Нового года особенно не нарушали. Пока детишки были совсем маленькими, а их родителям было не до праздника, мы ехали к тем, у кого чадо младше всех, помогали с уборкой, привозили готовую еду, накрывали стол и отмечали праздник привычной компанией. Старались, конечно, сильно не шуметь, но все равно веселились от души.

Наконец, все отпрыски достигли такого возраста, когда их уже можно брать с собой в гости, и мы пригласили друзей к себе. Как я об этом пожалела! Сказать, что они разнесли мне дом значит не сказать ничего. Мало того, что праздника не получилось, потому что они постоянно вертелись под ногами, они еще разбили, сломали и испортили кучу вещей. Да и посидеть нормально не удалось, ведь дети не могут веселиться до утра, а спать положить их у нас негде. Почему так получилось только у нас, раньше же все было нормально?» Елена, 32.

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Как правило, в доме, где есть дети, есть детская комната, где приглашенные дети могут поиграть или посмотреть мультфильмы, где их хотя бы с минимальным комфортом можно уложить спать, есть игрушки, в которые они могут поиграть, есть запас еды, пригодной для детского организма. Здесь все хрупкие и бьющиеся вещи давно убраны подальше и повыше.

Дом, в котором нет детей, не приспособлен для их пребывания, поэтому малыши начинают играть теми вещами, которыми играть не следует, что-то бьется, что-то ломается, а при отсутствии отдельной комнаты они вынуждены играть и бегать среди гостей, что создает суетолюку. Так что в испорченном празднике дети не виноваты, просто дом и его бездетные хозяева не были готовы к празднику с участием детей.



ДАМА С СОБАЧКОЙ

«У меня есть собачка — йоркширский терьер — и я стараюсь по возможности не расставаться с ней, она очень скучает, а поскольку работаю на дому (в удаленном доме), то почти постоянно бываю дома. Естественно, я взяла ее с собой к друзьям встречать Новый год, даже сшила ей смешной костюмчик Снегурочки. Мы часто бывали в этом доме, все всегда было нормально. Кто же знал, что так получится. Моя Долли стала волноваться, когда дом наполнился гостями, начала горестно подвывать, смотрела на меня жалобными глазами, потому что в доме пахло вкусной едой. Потом твякнула на гостя, который протянул руку погладить ее, но самый ужас начался, когда все сели за стол, зашумели, стали открывать шампанское. Она выбралась из соседней комнаты и стала метаться между ног под столом. А потом за окном начали взрывать петарды. Как всякая собака, она боится резких звуков, поэтому стала громко выть, лезть ко мне на колени, пыталась прыгнуть на стол. Пришлось взять ее на руки, унести в другую комнату и вызвать такси. В общем, никак не ожидая этого, мы с Долли испортили праздник и себе, и друзьям». Татьяна, 39.

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Животное — это даже не ребенок, ему невозможно объяснить, что он ведет себя неподобающе. Да и не принято ходить в гости с домашними питомцами. Еще можно понять, когда подруга зашла на минутку, проходя мимо, но совсем другое дело идти в большую компанию на несколько часов. Животным нечего делать в чужом доме.

ЛИСА В КУРЯТНИКЕ

«Весной позапрошлого года я сменила работу, на новой сдружилась с замечательной женщиной. За неделю до Нового года она, зная, что я одинока, спросила, где я буду встречать Новый год, и пригласила в свою компанию. Я понаслышке со многими была заочно знакома, поэтому согласилась. Но очное знакомство оказалось совсем другим. Коллега — женщина вежливая и воспитанная, а вот ее друзья оказались людьми хамоватыми и малообразованными. Они так и сыпали шутками ниже пояса. Но хуже всего было чувствовать себя в центре мужского внимания. Поскольку я единственная была без па-

ры, каждый из присутствующих мужчин считал своим долгом за мной поухаживать. Все было невинно, но их женам такое внимание ко мне очень не понравилось, как будто я пришла в гости с целью увести мужа у каждой из них. По крайней мере, вели они себя именно так. Одна даже не выдержала, отвела меня на кухню и сказала, что если я не перестану подкатывать к ее мужу, она мне волосенки повыдергает. После этого мне пришлось уйти. Лучше бы я встречала Новый год одна! Никогда у меня не было такого испорченного праздника». **Кристина, 28.**

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Одиноким девушкам и женщинам без последствий можно идти на вечеринку только к людям, которые их хорошо знают и понимают, что они пришли веселиться, а не искать себе пару любой ценой, иначе подобных разборок не избежать.

Если вы хозяйка вечеринки и хотите спасти подругу или знакомую от одинокой новогодней ночи, будьте готовы к тому, что ее присутствие может не понравиться женской половине гостей. Их недовольство обычно бывает прямо пропорционально молодости и привлекательности одинокой гостьи. Такая женщина — искушение для присутствующих подвыпивших мужчин, и можно понять дам, охраняющих свою собственность, даже если на нее никто не покушается.



НОВЫЕ РОДСТВЕННИКИ

«Старший брат мужа два года назад развелся с женой и пустился во все тяжкие. Сколько он барышень поменял за это время, счет потерян, обычно о замене на поле мы узнавали, услышав от него новое имя. Но в прошлом году одну из своих дам он без предупреждения привел в гости к родителям (мы отмечали праздник у них). У всех был шок, ведь даже если это его будущая жена, знакомить ее с родственниками в новогоднюю ночь не следовало.

Да еще из личного разговора выяснилось, что он никаких серьезных намерений по отношению к этой девушке не имеет. А она, бедняжка, видимо, неправильно его поняла

и решила, что раз он ведет ее знакомиться с родственниками, значит, скоро сделает предложение. Так неприятно было смотреть, как она изо всех сил пыталась нам понравиться. Какой уж тут праздник?» **Лариса, 37.**

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Действительно, процесс поисков второй половины может затянуться, и знакомить всех своих пассий или ухажеров с родственниками не следует. Пока отношения не вошли в стадию серьезных, лучше отмечать праздники отдельно от родни. Но если такое случается, родственникам следует просто принять гостью или гостя дружелюбно, оказать ей внимание, причем такое, с каким обычно хозяева встречают своих гостей.



РОДНЫХ НЕ ВЫБИРАЮТ

«Мы плохо ладим с сестрой после того, как бабушка по завещанию оставила квартиру мне. Просто мой муж из другого города, и нам приходилось жить с родителями, а у сестры с мужем была отдельная квартира. Не знаю, почему она так обиделась, ведь это было бабушкино решение, но мы не разговаривали несколько месяцев. Перед Новым годом я решила, что дальше так продолжаться не может, и пригласила сестру с мужем к нам в гости в надежде помириться. Не тут-то было. Буквально через час после прихода сестра стала меня задевать, указывать, что я в этой, почти родной, квартире сделала не так, сетовать на то, что убрала с глаз бабушкины вещи. Я старалась терпеть, отшучивалась, пыталась перевести разговор в другое русло. В результате сестра наговорила мне гадостей и увела своего мужа незадолго до полуночи. Праздник был испорчен, потому что отмечать его уже не было настроения». **Катерина, 25.**

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Примириться с родственниками и друзьями следует пытаться в будни, не откладывая это непростое дело на праздничные дни, особенно на Новый год, когда все собирается веселиться. Не всегда примирение проходит без сучка и задоринки, не всегда всё получается с первой попытки, иногда не

получается совсем. Поэтому не стоит портить себе праздник.

ФАНАТИКИ

«Муж пригласил к нам на вечеринку своего нового сослуживца с женой. Мужчины прекрасно общались на работе, ходили в бильярдную, муж даже узнал, что он вегетарианец, и сказал мне об этом. Но все оказалось гораздо хуже. Они с женой не просто вегетарианцы, а сыроеды, поэтому все мои блюда, прошедшие тепловую обработку, есть отказались, причем с язвительными комментариями, вроде того, как хорошо, что они поели дома, потому что знали, что в этом доме едят мертвую еду. Самое неприятное началось, когда они стали приставать к другим гостям с вопросом, не противно ли им есть мертвечину. Дама выпила всего пару глотков шампанского, но, видимо, ей этого хватило, и стала пропагандировать сыроедение среди гостей. Было очень неприятно, что мы доставили своим старым проверенным друзьям столько беспокойства. Но ведь не выгонышь!» **Светлана, 42.**

ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ

Фанатики любого толка обычно стараются использовать любое скопление людей для пропаганды своих идей. Именно поэтому многие не решаются приглашать к себе на вечеринку вегетарианцев, сторонников ЗОЖа, сектантов. Конфликтов в таких ситуациях не избежать. Это могут быть достаточно приятные в личном общении люди, но там, где собирается хотя бы несколько потенциальных слушателей, их тянет на проповедь. Если фанатики случайно оказались в вашей компании, следует отвести их в сторонку и объяснить, что люди пришли веселиться, а не слушать лекции, а если они не согласны веселиться вместе с другими, им лучше поискать другую аудиторию. Главное, в этот момент сохранять вежливость и настойчивость.



с 15 декабря по 15 января

Гороскоп

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН Во второй половине декабря возможны неприятности на работе. Отправляться в новогоднюю поездку за рубеж звезды не советуют, как и вообще уезжать далеко. Самочувствие будет хорошее, если вы не будете нервничать и суетиться. В первой половине января возможны проблемы финансового и эмоционального характера, связанные с излишней самонадеянностью. В любви будет везти.

Неблагоприятные дни в декабре: 15, 19, 24, 28. В январе: 1, 3, 13.

ТЕЛЕЦ Вторая половина декабря обещает благоприятные перемены в деловых и финансовых вопросах, что позволит вам отметить праздник в приподнятом настроении. В первой половине января возможны дальние поездки, путешествия, страстные романтические знакомства. В период с 5 по 10 января соблюдайте повышенную осторожность при обращении с электричеством, а также будьте осторожны за рулем.

Неблагоприятные дни в декабре: 16, 22, 27, 31. В январе: 4, 8, 12.

БЛИЗНЕЦЫ Во второй половине декабря ваши интересы будут сосредоточены на отношениях с партнерами — как в деловой, так и в личной жизни. Первая половина января запомнится весельем и приятным времяпрепровождением с друзьями, в кругу семьи, а также короткими, но интересными поездками. Среди близких людей вы будете чувствовать себя в центре внимания, уверенно и спокойно.

Неблагоприятные дни в декабре: 19, 24, 28. В январе: 1, 6, 10, 14.

РАК Во второй половине декабря возможны сложности в работе с бумагами, документами, проверяющими инстанциями. Но к концу месяца все недоразумения благополучно разрешатся. В первой половине января возможны проблемы со здоровьем, как у вас, так и у самых близких вам людей. Во всех случаях вам поможет самообладание и вера в благополучный исход. Ведите здоровый образ жизни, избегайте риска и авантюры.

Неблагоприятные дни в декабре: 17, 22, 27, 31. В январе: 4, 7, 13.

ЛЕВ Во второй половине декабря в делах возможны задержки, ошибки, бумажная волокита. Только в конце месяца ваши задачи будут решены и вы сможете в более спокойной обстановке готовиться к встрече Нового года. Начало января сложится отлично. Вы будете блистать среди друзей, близких и знакомых. Но с 5 по 10 января высока вероятность травм и обострения хронических заболеваний — будьте осторожны.

Неблагоприятные дни в декабре: 15, 20, 25, 29. В январе: 1, 6, 10, 14.

ДЕВА Во второй половине декабря вы будете активно заниматься подготовкой к Новому году, так как у вас появится тяга к развлечениям и удовольствиям. Финансовая ситуация будет стабильной. Здоровье не подведет. Новогодние каникулы вам захочется провести дома в тихой и спокойной обстановке, но так отдохнуть не удастся. Вам придется много общаться, принимать гостей. Возможен визит дальних родственников или друзей.

Неблагоприятные дни в декабре: 17, 21, 26, 30. В январе: 4, 8, 13.

ВЕСЫ После 15 декабря желательно снизить деловую активность и больше времени посвятить укреплению семейных отношений, подготовке к Новому году. В первой половине января возможны поездки, встречи с родными и друзьями. В это время вы будете склонны к набору веса: важно не переусердствовать в еде. С 11 по 15 января — дни повышенной конфликтности. По возможности, сохраняйте спокойствие и благоразумие.

Неблагоприятные дни в декабре: 15, 20, 25, 30. В январе: 2, 6, 10.

СКОРПИОН Вторая половина декабря будет успешным периодом в финансовом плане. Некоторые сумеют открыть собственный бизнес, выбрать самостоятельное и независимое направление в работе. Новогодние праздники принесут приятные сюрпризы, а вот дальние поездки в первой половине января нежелательны. Если не хотите нажить неприятности, лучше заранее или не намечайте, или откажитесь от них.

Неблагоприятные дни в декабре: 21, 26, 31. В январе: 3, 7, 11, 16.

СТРЕЛЕЦ Ко второй половине декабря ваши планы будут удачно реализованы, и вы сможете спокойно заняться приведением в порядок своей фигуры и внешности. Ваша личная жизнь будет наполнена любовью и романтикой. В первой половине января 2018 года возможна интересная поездка. В период с 13 по 15 число соблюдайте осторожность в поездках и при управлении транспортом.

Неблагоприятные дни в декабре: 19, 24, 29. В январе: 1, 5, 9, 14.

КОЗЕРОГ До самого конца декабря старайтесь не перенапрягаться. Будет очень досадно, если вы, переоценив или не рассчитав свои силы, накануне новогодних праздников ляжете в постель. В конце месяца возможна неплохая прибыль. В целом ваша жизнь будет стабильной, а в первой половине января, благодаря заботе и вниманию близких людей, она может стать еще более комфортной и уютной.

Неблагоприятные дни в декабре: 18, 23, 27, 30. В январе: 4, 8, 12.

ВОДОЛЕЙ После 15 декабря многие из вас будут склонны к общению, посещению развлекательных мероприятий. В последние дни декабря берегите свой организм от простуд и инфекций, чтобы встретить новогоднюю ночь в добром здравии. Новый год, скорее всего, придется встречать в кругу семьи. В первой половине января повышена опасность травматизма, обострение хронических заболеваний.

Неблагоприятные дни в декабре: 20, 24, 29. В январе: 2, 6, 10, 15.

РЫБЫ Во второй половине декабря некоторые из вас могут получить выгодное предложение или заказ на работу. Однако решить этот вопрос до конца месяца не удастся. Новый год многие Рыбы будут встречать в компании друзей или родственников. С 1 по 10 января не стоит предпринимать решительных шагов в бизнесе, так как состояние вашего здоровья может потребовать серьезного внимания.

Неблагоприятные дни в декабре: 18, 23, 25, 31. В январе: 3, 7, 11.

КАЛЕНДАРЬ ПРИЧЕСОК

НА 2018 ГОД

ВНИМАНИЕ!

Если вы хотите сделать экстравагантную стрижку, лучше всего посетить парикмахерскую в те дни, когда Луна проходит знак Водолея.

2018 год – Луна в знаке Водолея.

Январь

17, 18, 19

Февраль

13, 14, 15, 16

Март

13, 14, 15

Апрель

9, 10, 11

Май

6, 7, 8, 9

Июнь

3, 4, 5, 30

Июль

1, 2, 27, 28, 29, 30

Август

23, 24, 25, 26

Сентябрь

20, 21, 22

Октябрь

16, 17, 18, 19

Ноябрь

13, 14, 15, 16

Декабрь

11, 12, 13

Месяц	Стрижка для стимуляции роста волос	Стрижка для замедления роста волос	Завивка и окраска волос	Лечение и маски для волос	Неблагоприятные дни для завивки, окраски и лечения волос
Январь	1, 25, 26, 29, 30	6-11, 15	6-9, 25-28	6-9, 25, 26	13, 14, 17, 18, 20-24, 31
Февраль	21, 22, 25, 26	2-8, 11, 12	2-5, 21-24	2-5, 21, 22	9, 10, 15-20
Март	1, 20, 21, 25, 29-31	2-7, 11, 12	1-4, 20-23, 29-31	1-4, 20, 21, 29-31	8-10, 15-19
Апрель	17, 21, 22, 25-30	1-3, 7, 8	1, 17-20, 25-28	1, 17, 25-28	4, 5, 6, 12-16
Май	18, 19, 22-28	1, 4, 5, 14	14, 16, 17, 22-25	14, 22-26	2, 3, 9-13, 15, 29-31
Июнь	15, 18-24	1, 2, 10, 11, 28, 29	10-12, 19-22	10, 11, 19-22	5-9, 13, 25-27
Июль	16-21, 25, 26	8, 9, 12	8-11, 16-19	8, 9, 16-19	3-7, 13, 23, 24, 30, 31
Август	13-18, 21-23, 31	4, 5, 8, 9	4-7, 12-15	4, 5, 12-15	1-3, 11, 19, 20, 26-30
Сентябрь	11-14, 18, 19	1, 5, 10, 28	1-3, 11, 12, 28-30	1, 10-12, 29	9, 15-17, 23-26
Октябрь	10, 11, 15	2, 3, 6-8, 25, 26, 29, 30	1, 6-8, 25-28	6-8, 25, 26	9, 12-14, 20-24
Ноябрь	11, 12, 21, 22, 25, 26	2-6, 30	2-5, 21-24	2-5, 21, 22	7-10, 16-20
Декабрь	9, 10, 19-22	1-5, 23, 24, 27-31	1-3, 19-24, 27-30	1-3, 19, 20, 27-30	6-8, 15-17

Собираясь в парикмахерскую, не забудьте заглянуть в наш Календарь причесок на 2018 год.

НАПОМИНАЕМ! В декабре текущего года стрижки лучше делать 1, 5, 6, 9-15, 19, 20, 28 и 29 числа.

Для завивки и окраски волос наиболее благоприятные дни: 1-4, 9-13, 28-31.

Неблагоприятные дни для завивки и окраски: 7, 8, 16-18, 24-27.

Астролог-консультант Николь Бурия

ПРАЗДНИЧНАЯ АТМОСФЕРА



Новый год — единственный праздник в нашей стране, когда хозяйки не только готовят угощение, но и украшают весь дом. Когда-то достаточно было одной елки, теперь в ход идут и гирлянды, и венки, и бусы. Если вы задумываетесь о том, как создать в доме праздничную атмосферу, предлагаем вашему вниманию несколько идей.

ВМЕСТО ПРИВЫЧНОЙ ЕЛКИ

Вы можете заменить привычную всем новогоднюю ель или сосну, воспользовавшись одной из предложенных идей, а можете украсить такой нестандартной елкой одно из помещений своего дома.

Всегда здорово смотрятся подарочные елочки. Ее саму можно составить из коробок с подарками, можно прикрепить к листу фанеры прищепки и подвесить за них небольшие подарки для детей и гостей, расположить друг над другом полочки разной длины, чтобы получился треугольник елки, и выставить на них подарки.

Основой для изготовления такой забавной елки могут быть и конусы из оберточной бумаги, и наклеенные на стену или дверь полоски цветной бумаги, и даже проволочные плечики для одежды.

Особенно необычно выглядят елочки, составленные из веток туи, прикрепленных к простенку, или выложенные из веточек березы. Можно вообще заменить елку на большую ветку, украшенную гирляндой.

Собираетесь фотографировать в новогоднюю ночь? Украсьте штатив от фотоаппарата, он прекрасно имитирует елку.

УЮТНЫЕ МЕЛОЧИ

В новогодние каникулы хочется приятной праздничной атмосферы везде, не только дома, но и во дворе. Забавные снеговички из одноразовых тарелок помогут ее создать. Многие вешают в спальне гирлянды, но смотреть на приглушенный свет настольной лампы гораздо приятнее, особенно, если она украшена по низу маленькими елочными шариками.





Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

ВОТ ЭТО ПОПАЛА!

Мы все ждем праздников, возможности провести их в веселой компании родственников, друзей, коллег, новых знакомых, поэтому мечтаем о том, чтобы все прошло на высшем уровне. Но жизнь часто преподносит не только приятные сюрпризы, и каждый из нас может оказаться в той или иной щекотливой ситуации.

СПИ, МОЯ РАДОСТЬ, УСНИ

«М»ы весело отмечали наступающий Новый год на работе. Я точно помню, как смеялась, танцевала и даже немного флиртовала с неженатым коллегой. Вот только как прикорнула в уголке, не помню. Проснулась от того, что вокруг меня стоит народ и умильно улыбается, глядя на меня. Первая реакция — шок. Потом я сориентировалась и громко серьезно спросила: «Надеюсь, я не храпела?» Все засмеялись, я шумно выдохнула и сказала: «Мне всегда казалось, что каникулы надо давать людям не только после праздников, но и перед ними. Не каждый может выдержать такую гонку. Я, вот, не смогла». Все засмеялись и веселье продолжилось. Конечно, я чувствовала себя не в своей тарелке. Так опозориться! Но, как ни странно, мое объяснение всех устроило, и мне этот случай потом не припоминали». **Татьяна, 36.**

«С»амый большой позор я пережила на новогодней вечеринке у самых близких друзей. Они всегда придумывают, чем занять гостей, поэтому вечеринка никогда не превращается в банальную пьянку у елки. Поэтому мне особенно стыдно, что я заснула. Стыдно перед ребятами, ведь они могли подумать, что я заснула от скуки. Пришлось придумывать на ходу убедительную причину. Я сослалась на годовую отчет и форс-мажор на работе. Объяснение вроде приняли, но вспомнить об этом мне стыдно до сих пор». **Ангелина, 25.**

ВЫХОД. Предновогодняя суэта кого угодно может оставить без сил, и организмы отключаются сами. А алкоголь, даже в небольшом количестве, и сытная еда действуют на организм как снотворное, так что ничего удивительного в том, что кто-то может заснуть посреди застолья, нет. Если это случилось с вами, просто отшутитесь.

ШОУ БЛИЗНЕЦОВ

«А»рихожу на новогоднюю вечеринку в большую компанию друзей в новом сногшибательном платье и что я вижу! Там

уже есть гостя точно в таком же платье, которая собирает комплименты. Конечно, мне стало обидно, но играть в шоу близнецов мне не хотелось, поэтому я аккуратно стащила с елки мишуру, достала из сумочки палантин, который использую вместо шарфа, и за 5 минут в туалете изменила свой наряд почти до неузнаваемости. Конечно, в палантине было жарковато, но это можно вытерпеть, а шоу близнецов — нет». **Софья, 23.**

ВЫХОД. Если не удастся что-то изменить в наряде, можно обратить ситуацию в свою пользу. Подойдите к даме в таком же платье и скажите, например: «Самые красивые женщины всегда знают, во что им одеться» или «Теперь нам срочно нужна пара симпатичных близнецов-мужчин, надо же использовать сложившуюся ситуацию с пользой!»

«ЗДРАВСТВУЙТЕ, А ВОТ И Я!»

«Я»долго не была в гостях у друзей — они делали ремонт в квартире. К Новому году закончили и пригласили всех встречать Новый год и заодно отмечать «новоселье». Придя в гости, я с интересом разглядывала изменения в интерьере квартиры, запнулась и на виду у всех гостей упала. Немая сцена... Мне помогли подняться. Что сказать? Еще подумают, что я уже начала отмечать. Поэтому мне пришлось с серьезным видом спросить подружку: «А вы согласовали появление нового порога в вашей квартире с городским архитектором? Наверняка, у вас нет на него разрешения. Вы понимаете, что нанесли мне моральный и материальный ущерб? Требую немедленной компенсации: бокал вина и новые колготки». Все долго смеялись, но колготки,

взамен порванных, мне выдали и вина налили». **Вика, 23.**

ВЫХОД. Все когда-нибудь падают, запнувшись о край ковра, порог или даже собственную ногу. Главное, чтобы не было ушибов и переломов, остальное можно сгладить шуткой или сказать, как счастливы всех видеть, что даже ног под собой не чувствуете.

КАЗУС ИЛИ АФРОНТ?

«Р»азливающий шампанское припозднился с откупориванием бутылки, вино пришлось пить прямо с пеной, потому что последний удар курантов уже отзвучал. Я сделала большой глоток и поняла, что шампанское сейчас пойдет обратно. Конечно, я зажала рот и нос рукой, но было очень стыдно и неприятно. Когда смогла нормально дышать, отшутилась: «Загадала такое желание, что аж подавилась. Теперь не знаю, исполнится ли». Все посмеялись, а я еще полчаса не могла избавиться от неприятного пощипывания в носу». **Анна, 31.**

ВЫХОД. Нет необходимости так торопиться, шампанское — очень коварное вино и, чтобы не попасть в неловкую ситуацию, его желательно пить маленькими глотками. Главное, под бой курантов чокнуться бокалами с другими гостями, чтобы соблюсти ритуал.

БЕЗ ЛИЦА

«В» прошлом году для встречи Нового года подалась такая веселая компания, что мы все чуть не лопнули от смеха. После очередного анекдота я хохотала так, что прослезилась, начала вытирать салфеткой глаза и поняла, что мой макияж такого веселья не пережил. Пошла взглянуть на себя в зеркало и ужаснулась: тушь потекла, тени размазались, тон остался только на подбородке. Просто ужас, а не молодая симпатичная девушка. А ведь на вечеринке было несколько очень перспективных парней. Хорошо, что взяла с собой тушь и пудру!» **Полина, 19.**

ВЫХОД. Расплавить макияж может не только смех, но и высокая температура в помещении,



где собралось много людей, поэтому желательно брать с собой на вечеринку косметичку, ведь попросить что-то из косметики у хозяйки дома не получится. Косметика, как и расческа, должна быть строго индивидуальной. Кстати, расческу тоже не забудьте положить в сумочку.

«ЕСТЬ ХОЧУ!»

«**П**режде чем отправиться встречать Новый год к друзьям, я целый день моталась по родственникам, поздравляя с наступающим праздником и вручая подарки. Поскольку у меня был шейтнот, а столы еще ни у кого не были накрыты, толком перекусить не получилось. Приехала к друзьям, когда все уже сидели за столом. И тут при виде еды мой желудок издал такой клич, что не услышать его было невозможно. Первой мыслью было: «Бежать без оглядки. Вдруг подумают, что я специально не ела, ждала угощения». Но, взяв себя в руки, я через пару секунд успокоилась и сделала хозяйке комплимент: «Ты превзошла саму себя, мой желудок не смог пережить даже вида такой вкуснятины и требует срочно дать ему все попробовать». Подруга улыбнулась, а остальные гости тоже наперебой стали ее хвалить. Все обошлось». **Юля, 27.**

ВЫХОД. Нет более суетного дня в году, чем 31 декабря, и многие в этот день кусочничают, не имея времени или возможности нормально поесть, поэтому подобная реакция вполне ожидаема. Хорошо, если желудок громко заурчит дома за столом, а если при большом скоплении народа? Поэтому не забудьте накануне самой веселой ночи хотя бы пообедать нормально и обязательно накормите своих домашних, если вы собираетесь в гости.

НЕПОДХОДЯЩИЙ ПОДАРОК

«**П**ару лет назад на отдыхе мы познакомились с земляками — прекрасной молодой парой. Вернувшись домой, продолжили общение, постоянно звонили друг другу, в общем, сблизились настолько, что получили от них предложение вместе встретить Новый год. С радостью согласились, придумали и купили подарки. Потом встал вопрос о еде. Мне сказали, что сами все приготовят, и попросили

принести что-нибудь вкусненькое. Я, не раздумывая, накупила всяких рыбных деликатесов и морепродуктов, а на десерт испекла тортик.

Но оказалось, что у наших новых друзей аллергия на рыбу и морепродукты. Получилось, что всю эту вкуснятину либо надо было съесть нам с мужем на глазах у них, либо забрать домой. Как мне было неудобно! Получилось, что мы пришли к богато накрытому столу с одним тортиком. Потом я вспомнила, что как-то в кафе мы расхваливали друзьям вкусное рыбное блюдо, а они ответили, что рыбу им нельзя, и заказали мясо. Это было сказано мимоходом, я не придала словам значения и оказалась в очень неловкой ситуации». **Оксана, 31.**

ВЫХОД. Новогодняя вечеринка — это не день рождения. Обычно угощение готовят в складчину. Если вы отмечаете праздник в компании людей, которых еще плохо знаете, договаривайтесь о конкретных блюдах или продуктах к праздничному столу, чтобы не попасть впросак.

АКТ РЕВНОСТИ

«**С**тарые знакомые, с которыми мы много лет встречаем Новый год, прошлый раз пригласили своих новых знакомых, молодую семейную пару. Мужчина оказался заядлым туристом, как и я, мы сразу нашли общий язык и много разговаривали с ним на интересующую нас тему. В какой-то момент я заметила, что его жене это общение не нравится, хотя она слышала, о чем идет речь. Я не придавала этому значения, пока она не присела рядом со мной за стол и намеренно не вылила на меня полбокала вина. Причем, я видела, что она сделала это специально, хотя со стороны могло показаться, что случайно. Она всполошилась, подняла суматоху. Мне, конечно, было жалко платья, но больше обидно, поэтому я не стала ее щадить, наклонилась к ее уху и шепотом спросила: «Вы думаете, без платья я понравлюсь Вашему мужу больше?», поднялась и ушла смывать вино. Понимаю, что это был удар под дых и, скорее всего, замечательного мужчину ждет дома скандал, но, простите, не сдержалась». **Эльвира, 35.**

ВЫХОД. Действительно, замечание было очень двусмысленным, а по этикету надо было сделать вид, что ничего страшного не произошло. Но можно понять и желание поставить ревнивицу на место. Если она женщина умная, поймет, что пере-

борщила, если глупая — может вцепиться в волосы. Так что, наверное, для такой ситуации этикетный вариант подходит больше.

А КОРОЛЕВА-ТО ГОЛАЯ!

«**П**ри месяце упорных занятий фитнесом дали свой результат, я влезла в платье своей мечты — облегающее с молнией на спине. Оно село идеально и выглядело, как вторая кожа. Я была так счастлива, что старалась продемонстрировать свою «новую» фигуру всем желающим — танцевала не переставая. Во время одного рискованного па, я почувствовала, что спине стало холодно — разошлась молния. Что делать? Я извинилась перед партнером и, пытаясь, улизнула с танцпола. Попросила иголку с ниткой у официантки, но оказалось, что в кафе таких простых вещей не держат. Мне не хотелось уходить домой раньше всех, поэтому я попросила официантку позвать моего партнера. Ему пришлось на остаток вечера расстаться с пиджаком, а мне в нем париться. А о танцах пришлось забыть. Как было обидно!» **Ксения, 23.**

ВЫХОД. Хорошо, что среди гостей нашелся мужчина, одетый официально. Мужчины сейчас предпочитают более вольный стиль в одежде, и среди приглашенных могло не оказаться любителя пиджаков. Конечно, когда вечеринка проходит на дому, зашить образовавшуюся на спине прореху ничего не стоит, главное, чтобы нашелся тот, кто это сделает и на вечеринке, и после нее, иначе придется испортить платье, а самой распороть шов на спине невозможно. Тем не менее, многие любительницы облегающей одежды носят в сумочке нитку с иголкой, на всякий случай, много места они не занимают.

Невозможно предусмотреть все и быть готовой к любым неожиданностям. Но если у вас есть чувство юмора, призовите его на помощь. И вы с достоинством и шуткой сможете выйти из любого положения.

Подготовила Мария ДРОНОВА

50 Познай себя ЧТО С НАМИ ПРОИСХОДИТ НАКАНУНЕ НОВОГО ГОДА

Новый год — любимый праздник для многих. И не только потому, что он красивый, яркий, с Дедом Морозом и Снегурочкой, он еще и с подарками. Практически все с любовью и заботой готовят подарки своим родным, любимым, друзьям... да и сами вы, наверняка, ждете новогодних подарков от них. А что для вас приятнее: получать подарки или дарить их? Чтобы узнать это о себе, отвечайте на вопросы теста, и вам станет ясно, как вы относитесь не только к дарению и получению подарков, но и к окружающим вас людям.

Из ответов, сопровождающих каждый вопрос, выберите по одному — тот, который ближе всего отражает ваше отношение и поведение в той или иной ситуации.

1 В последний перед Новым годом рабочий день одна из коллег хочет уйти пораньше, чтобы не опоздать на поезд — она собирается ехать встречать Новый год с родственниками, которые живут в другом городе. Но в этом случае у нее останется невыполненной важная часть работы, и закончить ее работу она просит вас. Вы не против того, чтобы помочь коллеге, но тогда вы не успеете сделать свои неотложные дела по хозяйству, а ведь впереди Новый год!

- Как вы поступите?**
- А.** Скажете все как есть. Вы бы рады ей помочь, но тогда сами ничего не успеете, но можете поговорить с начальством и попросить разрешить ей закончить работу после окончания праздников — 2.
- Б.** Конечно, выручаете коллегу, завершив ее дела на работе, а свое намеченное дело откладываете на завтра, хотя не представляете себе, сможете ли сделать все, что задумали — 3.
- В.** Отказываете в помощи коллеге, замечая, что она могла бы лучше организовать свое рабочее время, чтобы всё успеть и не просить об этом вас — 1.

2 Случайно встретив в подъезде пожилого одинокого соседа, узнаете, что он будет встречать Новый год в полном одиночестве. Как вы продолжите разговор?

- А.** Не раздумывая, тут же приглашаете соседа к себе

— всего, что вы собираетесь наготовить к встрече Нового года, хватит на всех — 3.

- Б.** Поскольку на Новый год вы ожидаете в гости родственников и друзей, приглашаете соседа к себе на обед 1 января — 2.

- В.** Быстро переводите разговор с соседом на погоду, зависимость от метеословий и прочие «актуальные», на ваш взгляд, для него темы. Вы ведь не мать Тереза, чтобы облагодетельствовать весь мир — 1.

3 Вы и не заметили, как ваша дочурка выросла и вот уже собирается встречать Новый год не в кругу семьи, как в вашей семье было заведено всегда, а вдвоем со своим молодым человеком. Вы:

- А.** Очень огорчаетесь и начинаете уговаривать ее остаться с вами. А ваш последний довод: «Как ты не

понимаешь, что своим отсутствием за новогодним столом ты испортишь нам весь праздник!» — 1.

- Б.** Конечно, в глубине души вы огорчены тем, что дочка так легко «ломает» традицию и не хочет отметить праздник со всей семьей, но внешне сохраняете спокойствие и соглашаетесь на ее условия — 3.

- В.** Объясняете дочке, что понимаете, как ей хочется быть в новогоднюю ночь со своим парнем, но семейная традиция требует присутствия за новогодним столом всех членов семьи, а отсутствие хотя бы одного из них разрушит семейную традицию. А потом предлагаете дочке остаться на встречу Нового года с вами, а с молодым человеком отпраздновать его 1 января — 2.

4 Жена брата вашего мужа подарила вам на Новый год совершенно ужасную гипсовую статуэтку. Как вы примете подарок и что



сделаете с ним потом?

А. С милой улыбкой поблагодарите, но, как только она покинет ваш дом, тут же вынесете в подъезд и поставите рядом с мусоропроводом — может быть, кому-то она и понравится — 1.

Б. Сердечно поблагодарите, но еще до конца вечера незаметно спрячете вещьцу в кладовку — 2.

В. Искренне усмехаетесь, каждый раз глядя на подарок, но, тем не менее, выставляете его на самое видное место — 3.

5 Ваш пятилетний сын в письме Деду Морозу перечислил столько подарков, которые он хотел бы получить на Новый год, что у него получился длинный список. Что вы будете делать?

А. Не можете ни в чем отказать любимому сыночку и покупаете ему всё, что он перечислил в своем списке. Вы очень хотите показать сыну, что любите его, заботитесь о нем и готовы выполнить все его желания — 3.

Б. Идете на распродажу и покупаете какие-нибудь первые попавшиеся на глаза игрушки — лишь бы подешевле, совершенно не обращая внимания на пожелания ребенка. Главное, чтобы подарок был, а какой — вам все равно — 1.

В. Исходя из бюджета семьи, рассчитываете, что бы вы могли подарить ребенку, чтобы и его желания были максимально исполнены, и средств, выделенных вами на подарки, хватило на всех — 2.

Подсчитаем, сколько вы всего набрали очков, суммируя очки за выбранные ответы.

ЕСЛИ У ВАС ПОЛУЧИЛОСЬ В СУММЕ

ОТ 5 ДО 7 ОЧКОВ

Вам почему-то кажется, что окружающие вас люди только и думают о том, как бы использовать вас в своих интересах. Вот вы и живете, настроившись соответственно реагировать на любые их поступки. А они, возможно, продиктованы не желанием за ваш счет найти для себя какую-то выгоду, а совершенно искренним и добрым расположением к вам.

Попробуйте относиться хотя бы к ближнему своему окружению не подозрительно и раздраженно, а искренне и доброжелательно. Поверьте в то, что они вас действительно любят, а Новый год — это время не только получать подарки, но и дарить их. От души.

ОТ 8 ДО 12 ОЧКОВ

Вас прекрасно сочетаются доброжелательность к окружающим и самоуважение. Если говорить другими словами, вы не станете жертвовать своими интересами, в том числе и кошельком, только для того, чтобы быть хорошей для всех. На просьбы людей вы откликнетесь с готовностью, но лишь тогда, когда эта готовность не вредит вам, а может быть вам полезной.

Гораздо проще говорить окружающим о своих искренних чувствах к ним, что вы охотно и делаете. Поэтому близкие относятся к вам хорошо, и Новый год вы вполне можете встретить в радостном настроении и в кругу близких людей.

ОТ 13 ДО 15 ОЧКОВ

Предстоящий новогодний праздник может обернуться для вас не только большими расходами, но и не меньшими разочарованиями. Вы готовы одарить и осчастливить весь мир, ну или хотя бы всех, кто рядом с вами, исполняя все их желания. Ваша всеобъемлющая доброта восхитительна, но попробуйте все-таки как-то ее сдерживать, не то ваши близкие так привыкнут к ней, что перестанут не только ценить ее, но и уважать вас. Наверняка, они уже поняли, что могут довольно легко манипулировать вами. Вот поэтому вам полезно в ответ на их озвученные вам желания не сразу отвечать «Да!», а иногда взять тайм-аут на раздумье.



МУЗЫ И ЗАГАДКИ

«СЛУЧАЙНОГО» СКАЗОЧНИКА

Если бы о нем сочинили правдивую сказку, она начиналась бы так: «Жил-был Шарль Перро — придворный и советник короля-солнца Людовика XIV, главный инспектор государственных построек, адвокат и ученый...» А как же сказки, знаменитые сказки Шарля Перро для детей, разве это не было самым важным в его жизни?.. Представьте себе, не было. Более того, сказки остались в его биографии главной загадкой...

КТО ВЫ, МЕСЬЕ ПЕРРО?

Уже почти четыреста лет живут с нами истории о Коте в сапогах и Красной Шапочке, Мальчике-с-пальчике и Золушке, сочиненные Шарлем Перро, знаменитым сказочником — по-другому никто и не называет его. В детстве он представлялся нам кем-то вроде доброго волшебника, с длинными волнистыми седыми волосами и задумчивым взглядом, стоящим за высоким бюро с пером в руках и неторопливо выводящим слова новой сказки. Но, как оказалось, детские представления ничего общего с реальным Шарлем Перро не имеют. Не мечтал он с детства стать сказочником и сочинять поучительные и развлекательные истории для детей, да и был он совсем не детским писателем.

Он сделал замечательную карьеру как придворный, занимал несколько важных государственных должностей и давал советы королю. Он не был чужд литературе, но подходил к ней как ученый — литературовед и философ. Кстат, сказки Перро написал на склоне лет, когда ему было за шестьдесят, и фактически по случаю — как своеобразное продолжение своих научных изысканий.

Между прочим, до конца не выяснено точно, кто же является автором этих сказок! Да-да, именно так: авторство Шарля Перро остается под сомнением. И других интересных фактов и загадок немало оставил нам этот месье из XVII века...

ПРЕДОПРЕДЕЛЕННАЯ СУДЬБА

Биография Шарля Перро начиналась и складывалась так, как и должно было происходить во Франции XVII века для отпрыска обеспеченной семьи со связями при дворе. Возможно, единственным отличием от ему подобных было, как утверждают биографы Перро, то, что, появившись на свет, младенец завопил так истошно, что услышали на другом конце квартала. И произошло это 12 января 1628 года.

Семья, в которой родился и вырос Шарль Перро, была богатой и образованной. Дед его был крупным торговцем, отец, получив прекрасное образование, служил адвокатом парижского парламента, мать происходила из родовитой дворянской семьи.

Все братья Перро, а их было пятеро, двигались по жизни по одной схеме: достойное образование и престижная профессия. Все они в разное время окончили солидный туринский колледж Бове, и впоследствии Жан стал адвокатом, Пьер — сборщиком податей в Париже, Клод — известным архитектором, Николля — преподавателем богословия в Сорбонне...

Шарль Перро поступил в колледж Бове в 8 лет на факультет искусств. Истину ради стоит сказать, что, будучи учеником, Шарль проявлял интерес к литературе, даже писал стихи и популярные в то время диалоги, любил участвовать в философских дискуссиях.

В те годы литература была своего рода хобби для всего семейства Перро. Братья также сочиняли литературные произведения, посещали модные литературные салоны, были знакомы с ведущими драматургами и поэтами того времени, в том числе с Мольером, Корнелем, Буало, они же ввели юного Шарля в круг парижской литературной богемы.

ПРИДВОРНЫЙ КОРОЛЯ-СОЛНЦА

Двадцатитрехлетний Шарль Перро, получив звание адвоката, поступил в королевское интендантство. По долгу службы он был представлен Кольберу, одному из самых влиятельных чиновников при дворе Людовика XIV. Перро и Кольбер быстро подружились. Кольбер был человеком разносторонним, ему до всего было дело: его интересы простирались на промышленность и финансы, военное дело и торговлю, науки и искусства. А еще он стремился окружать себя людьми знающими, способными проводить его идеи в жизнь. Таким человеком и оказался Шарль Перро.



Французская монархия, находясь в зените расцвета, требовала прославления через все виды искусств, архитектуру, и даже особого оформления своего величия словами. Шарль Перро принимал активное участие в ассамблее, которой вменялось составлять девизы и надписи, прославлявшие власть короля. Постепенно Перро стал богат, силен, влиятелен, был назначен советником короля и главным инспектором построек. К сорока своим годам он был уже важным сановником, придворным, привыкшим блистать в высшем свете.

КОРОТКОЕ ВРЕМЯ СЧАСТЬЯ

В то время брак весьма разных по возрасту среди французского дворянства был чуть ли не нормой. Вот и 44-летнему Шарлю, как говорится, «пришло время».

Выбор его пал на юную Мари Пишон, которой на тот момент едва исполнилось восемнадцать. Судя по всему, ни для одной из сторон это не было браком по расчету.

Как положено, свадьба была богатой и пышной, и счастливые супруги стали жить-поживать. Биографы Шарля Перро пишут о нежной любви его к жене и к детям. Но пожить семейной жизнью судьба отвела им недолго — всего шесть

лет! Мари Перро умерла в 24 года от оспы, тогда эту болезнь вылечить было невозможно, не придумали еще вакцины против нее. Оплаканная мужем и детьми, она упокоилась на одном из парижских кладбищ...

Шарль Перро никогда больше не женился, а всю нерастрченную любовь отдавал трем сыновьям. Сам воспитал их и вывел в жизнь. Достоверно неизвестно, но может быть именно сыновья Перро стали первыми слушателями его волшебных сказок...

КОГДА ПРИХОДЯТ СКАЗКИ

В конце XVII века в литературной среде Франции шел горячий спор между «древними» и «новыми». «Древние» утверждали, что литература уже достигла апогея во времена античности. «Новые» же доказывали, что современные писатели уже открывают и еще откроют человечеству совершенно новое в искусстве, неведомое ранее. Перро возглавил «новых». В 1697 году он опубликовал четырехтомное исследование «Параллель между древними и новыми», где, между прочим, писал следующее: «Оглянитесь вокруг! И вы увидите, что можно обогатить содержание и форму искусства без подражания древним образцам». Возможно, что сказки им были сочинены в качестве простого примера справедливости его утверждений.

...Это было время расцвета классицизма во французской литературе, современниками Перро были Мольер, Лафонтен, Расин, Корнель, — поэты и драматурги «золотого века». Интерес к сказке еще нет (он появится примерно через век), сказка вообще считается «низким» жанром и ей не уделяют внимания «серьезные» писатели. Возможно, поэтому «уважаемый ученый и литератор» Шарль Перро скрыл свое авторство сказок и представил их автором своего сына!...

СОЧИНЕНИЯ ЮНОГО ПЕРРО?

Основная версия, которой придерживаются большинство исследователей творчества Шарля Перро, выглядит так.

Отец знал, что делал. Рукопись «Сказок Матушки Гусыни», подписанная инициалами «П.П.» («Пьер Перро» — сын Шарля Перро), была преподнесена юной принцессе Елизавете Шарлотте Орлеанской, племяннице Людовика XIV, с таким посвящением: «Ваше Высочество. Вероятно, никто не найдет странным, что ребенку пришло в голову сочинить сказки, составляющие этот сборник; однако все удивятся, что у него хватило смелости Вам их поднести». Действительно, что нельзя взрослому, то простительно ребенку. И очень скоро

Пьер... получил дворянский титул.

Через год «Сказки Матушки Гусыни» были переизданы, в них появились три новые сказки, в том числе «Золушка» и «Мальчик-с-пальчик». Сказки хорошо раскупались. И их автор — Пьер Перро — приобрел немалую известность.

Но через несколько лет Пьер, будучи лейтенантом королевской армии, погиб в сражении. А еще через три года умер и Шарль Перро.

Еще двадцать лет книга издавалась под именем Пьера д'Арманкура. А потом, в очередном издании, имя автора сказок почему-то изменилось — на обложке был указан Шарль Перро!

Может, издатель, зная истинное положение дел, таким образом восстановил справедливость, а, возможно, Шарля Перро предпочли в качестве автора как гораздо более значимую фигуру в жизни государства и французской литературы.

Как бы то ни было, исследователи сходятся в том, что в этих сказках отражены жизненные впечатления именно Шарля Перро, а не его сына. В пользу этого утверждения говорит и тот факт, что все сказки заканчиваются моральными нравоучениями, которые вряд ли бы написал ребенок или юноша. Да и написаны они, оказывается, не для детей!

СКАЗКИ-ТО — ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ!

Действительно, дети вот уже много лет читают, мягко говоря, не совсем то, что когда-то написал Ш. Перро. В России сказки публиковались не в «чистом» переводе, а в специально адаптированном для детского восприятия русскими переводчиками, начиная с И.С. Тургенева. Вот только несколько примеров.

Во-первых, сказки первоначально вообще были написаны в стихотворной форме, а не в прозе, с моралью-нравоучениями в конце. Да и сюжеты имеют немало несхожестей.

У Шарля Перро, например, свекровь Спящей Красавицы была... людоедкой.

В сказке «Ослиная шкура» король, овдовев, влюбляется в собственную дочь и желает на ней жениться! Поэтому принцесса и бежит от него в ужасе и хочет спрятаться под ослиной шкурой. В русском переводе принцесса не дочь, а воспитанница, дочь близкого друга короля, и ей просто не хочется стать женой старого мужа.

В «нашей» сказке Красную Шапочку спасают охотники, и она снова появляется на свет Божий — у Шарля Перро она погублена волком навсегда, да и охотников у него никаких нет.

Эти и другие фрагменты русские переводчики сочли непригодными для детского варианта» и убрали или заменили их.

Но что еще важнее: Шарль Перро писал эти сказки как «нравственные» и

обучающие жизни, предназначал их для взрослых, и, естественно, в них присутствовал серьезный, взрослый подтекст, легко видимый в концовках-нравоучениях.

Например, в «Красной Шапочке» это выглядит так:

*Детишкам маленьким не без причин
(А уж особенно девицам,
Красавицам и баловницам),
В пути встречая всяческих мужчин,
Нельзя речей коварных слушать, —
Иначе волк их может скушать.*

По замыслу автора, сказка для взрослых легкомысленных, или наивных, девишек должна была их предостеречь от коварных обольстителей. Потому и заканчивается сказка трагически: Перро был убежден, что трагедии в сказке необходимы для обучения жизни — ведь жизнь тоже может быть жестокой к «девице».

В морали к сказке «Синяя Борода» автор говорит не о злодее-муже, как ожидалось бы, и осуждает не его, а... чрезмерное женское любопытство:

*Забавна женская
к нескромным тайнам страсть;
Известно ведь — что дорого досталось,
Утратит вмиг и вкус, и сласть.*

А мораль, или смысл, сказки «Кот в сапогах» в устах Шарля Перро такова:

*И если мельников сынишка может
Принцессы сердце потревожить,
И смотрит на него она едва жива,
То значит молодость и радость
И без наследства будут в сладость,
И сердце любит, и кружится голова.*

Будет любовь — будет и счастье, и радость даже без наследства! Вот так.

ЭПИЛОГ-НРАВОУЧЕНИЕ

Вряд ли нам сейчас так важно, именно Шарль Перро написал одни из самых наших любимых сказок или кто-то другой, те ли в них сейчас нравоучения или нет. Мы их просто любим и надеемся, наша любовь будет передаваться от поколения к поколению нашими детьми и внуками. Тем более, в этих великолепных сказках сохраняется то, что с удовольствием отмечал 320 лет назад «случайный» сказочник Шарль Перро: «...Истории мои даже более заслуживают того, чтобы их пересказывали, чем большая часть древних преданий... Добродетель в них всегда вознаграждается, а порок наказывается... Все это — бросающиеся в почву семена, которые сперва порождают лишь порывы радости или приступы печали, но впоследствии непременно вызывают к жизни добрые наклонности»...

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

Б. Бегак. Академик-сказочник; С. Бойко. Волшебная страна Шарля Перро; Е. Брандис. Сказки Шарля Перро; С. Мечиславский. Шарль Перро и его сказки. Тень автора; и Интернет-сайтов

Моя дочь замужем за гражданином Великобритании. Сейчас она беременна, ее муж настаивает на том, чтобы она родила в Англии и в дальнейшем проживала с ним там. Скажите, пожалуйста, если вдруг у них не заладится отношения, сможет ли она с ребенком вернуться потом в Россию, не возникнет ли препятствий со стороны ее супруга?

Как мы видим из периодически возникающих сюжетов СМИ, данный вопрос год от года становится все более актуальным. Прежде всего, необходимо помнить, что в большинстве государств требуется согласие обоих родителей на пересечение границы ребенком. Соответственно, если Ваша дочь переедет жить в Великобританию, то первое, с чем она столкнется, это необходимость получить согласие отца ребенка на выезд его за границу.

Предположим, что отец ребенка такое согласие даст под предлогом необходимости посетить родных в России. Но что будет, если дочь решит не возвращаться назад в Великобританию? Большим заблуждением является мысль о том, что, если у ребенка имеется гражданство Российской Федерации, то его, ребенка, не могут отдать отцу — гражданину иностранного государства.

С 2014 года в Российской Федерации стала применяться Конвенция о гражданско-правовых аспектах международного похищения детей от 25 октября 1980 г. Данная конвенция регламентирует порядок действия государства в случае перемещения на его территорию детей, постоянно проживающих на территории другого государства.

Согласно данной конвенции, по требованию одного из родителей ребенок должен быть возвращен в государство своего постоянного проживания, независимо от того, гражданином какого государства ребенок является. Конвенцией предусмотрено, что только суд государства, в котором ребенок имеет постоянное проживание, уполномочен решать вопрос о том, с кем из родителей должен проживать ребенок в случае, если родители прекращают совместное проживание. Это означает, что, если один из родителей вывез ребенка в другое государство, то другой родитель вправе обратиться в суд государства, куда был вывезен ребенок, с требованием о возврате ребенка в государство постоянного проживания, и суд будет обязан вынести решение о возврате ребенка. Когда ребенок будет возвращен в государство постоянного проживания, нетрудно догадаться, с кем местный суд определит место жительства ребенка: с отцом — гражданином этой страны, у которого есть постоянная работа, недвижимость и т. п., или с матерью-иностранкой, не

имеющей ни работы, ни постоянного места жительства.

При этом не стоит рассчитывать, что удастся спрятать ребенка где-нибудь на просторах нашей необъятной Родины. Федеральным законом «Об исполнительном производстве» установлен механизм, согласно которому судебные приставы-исполнители обладают специальными полномочиями по отысканию детей, перемещенных из другого государства. Очевидно, что в современной жизни практически невозможно обойтись без регистрации ребенка по месту жительства или пребывания, поскольку ребенку нужно получать медицинскую помощь, а также посещать детские дошкольные учреждения или школу. Благодаря таким сведениям судебным приставам легко удастся отыскать ребенка.

Единственное, на что можно хоть немного рассчитывать, на то, что отец ребенка не станет предпринимать активных мер по возврату ребенка. Если с момента пересечения ребенком границы РФ пройдет более года, и лишь потом отец ребенка обратится в суд с иском о возвращении ребенка, тогда можно будет говорить о том, что ребенок уже адаптировался к новому месту жительства и поэтому его возврат в место предыдущего проживания причинит ему больше вреда. Однако такие ситуации являются скорее исключением, поэтому лучше заранее подумать, где проживать и воспитывать детей, чтобы потом не пришлось добиваться свиданий со своим ребенком в чужом государстве.

Мой супруг — бизнесмен, я до беременности работала медсестрой, сейчас нахожусь в отпуске по уходу за ребенком, сыну 2,5 года, живем в доме мужа. Отношения с мужем у нас ухудшаются день ото дня, он угрожает мне, что отберет ребенка, если мы разойдемся. Своего жилья у меня нет, у моей мамы есть двухкомнатная квартира в другом городе, она зовет меня переехать с сыном к ней. Скажите, если мы с мужем разведемся, насколько велики у него шансы отобрать у меня ребенка?

Если между родителями нет согласия относительно того, с кем из них будет проживать их ребенок, этот вопрос подлежит разрешению судом по иску одного из родителей. При рассмотрении таких дел судом учитываются многочисленные факторы: и привязанность ребенка к одному из родителей, и личные качества родителей, и их занятость, и возможность обеспечить ребенка всем необходимым, и наличие в пользовании жилья. Сказать, что какой-либо один из факторов имеет решающее значение, нельзя. По спорам об определении места жительства ребен-

ка привлекаются органы опеки и попечительства, которые обследуют место жительства отца и матери ребенка и дают свое заключение относительно того, с кем, по их мнению, лучше проживать ребенку. Но суд не связан мнением органов опеки и попечительства, он только принимает его во внимание.

На практике маленьких детей (в возрасте до 10 лет) чаще все же оставляют с матерью, если она может обеспечить ребенку минимально необходимые условия существования. Имеется в виду, что у матери должно быть в пользовании жилое помещение, соответствующее санитарным нормам. Это не означает, что такое жилое помещение должно быть только что отремонтированным, но в нем должно быть, по меньшей мере, чисто, и само жилье не должно быть аварийным. От мамы не требуется иметь высокий заработок, но желательно, чтобы она вообще имела какую-либо работу, или чтобы кто-то из ее родственников помогал ей обеспечивать ребенка едой, одеждой, помогал с воспитанием ребенка. При осмотре жилого помещения органы опеки всегда обращают внимание на то, есть ли в этом помещении у ребенка свое спальное место, одежда по сезону, продукты питания, подходящие ребенку по возрасту.

Случаи, когда детей оставляют с отцами, чаще всего происходят тогда, когда мамы сами отказываются от воспитания детей: уезжают в другой город, оставляя ребенка на попечение других родственников, когда злоупотребляют спиртными напитками или наркотиками. Когда дети достигают возраста 6-7 лет, суд может поинтересоваться их мнением относительно того, с кем бы они хотели проживать. Учет мнения ребенка, не достигшего возраста 10 лет, для суда необязателен, но мнение ребенка может повлиять на решение судьи. Так, рассказы ребенка о том, что у мамы дома периодически собираются компании подруг и выпивают, а также приходят незнакомые мужчины, могут стать причиной передачи ребенка на воспитание отцу.

Если Вам не удастся наладить отношения с супругом и придется переехать с сыном к Вашей маме, постарайтесь найти себе работу с таким графиком, чтобы Вы с мамой могли попеременно присматривать за ребенком. В этом случае Ваши шансы на определение места жительства сына с Вами будут достаточно велики. Если в ходе судебного разбирательства у Вас возникнет ощущение, что Вы сами не справляетесь и имеется негативный настрой со стороны других участников процесса, попробуйте обратиться в общественные организации, оказывающие помощь женщинам, оказавшимся в трудных жизненных ситуациях. Возможно, они смогут обеспечить Вас грамотным адвокатом или каким-либо иным образом помогут Вам (окажут содействие в производстве минимально необходимого ремонта в квартире, в обеспечении ребенка одеждой и питанием на первое время и т. п.).

**На вопросы отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат О.Н. АЛИМКИНА**



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Сейчас принято освящать все подряд: квартиры, дома, дачи, даже офисы, кафе и рестораны. Мой знакомый недавно освятил автомобиль. Неужели машину тоже можно освятить? Что думает по этому вопросу Церковь и как в таком случае поступать с бытовой техникой: телевизором, компьютером, холодильником и т. п.?

Об освящении домов, рабочих мест, автомобилей в русской православной церкви известно очень давно. Во свидетельство этому есть различные Богослужебные книги, которыми руководствуются священники, совершая то или иное действие. Они содержат чины освящения домов, колодцев с питьевой водой, различных воинских знамен, колесниц (машин), предметов церковного обихода и т. д. Это все те вещи или места, которые могут нанести особый вред жизни или жизнедеятельности человека. Задача церкви оградить человека от того негатива, который может сказаться отрицательно на хозяине какой-либо вышеперечисленной вещи.

И чтобы Господь благословил данное пребывание, их и освящают.

Что касается бытовой техники, то с учетом того, что служит она определенное и довольно короткое время, специальным чином освящать их не нужно. Но если Вас что-то смущает, Вы можете взять в храме святую воду и покропить вещи дома самостоятельно.

Я недавно потеряла обручальное кольцо, с которым нас с мужем регистрировали в загсе и венчали в церкви. Что мне делать: купить новое и освятить его в церкви или можно из массивного кольца мужа изготовить два тоненьких колечка — оно ведь участвовало во всех этих обрядах?

И то, и другое церковным уставом допускается. Но я все-таки порекомендовал бы вам приобрести новое кольцо и освятить его в хра-

ме. А если надумаете изготовить из кольца мужа два тонких, их тоже надо будет освятить.

Никогда не думала, что буду бояться покойников, особенно близких родственников. Но недавно умер мой отец, и меня охватил такой ужас, что я не могла находиться с усопшим в одной комнате. Я старалась уйти куда угодно — даже хлопотать по делам, связанным с похоронами, лишь бы не находиться рядом с ним. Даже сейчас, после похорон, я не захожу в ту комнату, где стоял гроб с его телом. Что со мной? Почему такое происходит? Как можно преодолеть этот ужасный страх?

Сейчас моя мама болеет, и я ухаживаю за ней со всем усердием, как, впрочем, ухаживала и за отцом. Неужели, если мама тоже умрет, мой страх вернется?

Если с человеком происходят обстоятельства отрицательного характера или отличающиеся от обыденной жизни, необходимо найти источник проблемы. Так как физическая смерть с религиозной точки зрения больше относится к духовному состоянию не только умершего человека, но также всех родственников, друзей и знакомых, участвующих в погребении, то разрешение данной ситуации и нужно искать в церкви. Вам

необходимо сходить в ближайший храм и попросить священника о частной беседе. Изложите ему все, что связано с описанным Вами состоянием. А после того, как он укажет на определенные вещи (если они будут являться грехом), необходимо исповедоваться.

Моя сестра очень хочет поехать в монастырь, просто испытывает какую-то непреодолимую потребность. Ей сказали, что даже если приехать в монастырь на 3-4 дня, то и на этот срок ей могут определить какое-нибудь послушание. Сестра — больной человек, и хотя работы она не боится, ей нельзя находиться в холодном помещении и зимой на улице. Скажите, учитывают ли в монастыре такие противопоказания по состоянию здоровья?

Конечно, учитывают. Когда человек приезжает в монастырь и просит разрешение остаться там на какое-то время, ему дают возможность соприкоснуться с монашеской жизнью той или иной обители. В любом монастыре существуют правила, которых необходимо придерживаться не только монахам (постоянным жителям монастыря), но и тем людям, которые там находятся. Именно поэтому человека заселяют в специальную комнату



(келью); он постоянно ходит на все богослужения, только в определенное время употребляет пищу и только ту, которую ему предложат. Ну и, конечно же, исполняет послушания (ту работу, в которой нуждается монастырь).

Через послушание вырабатываются смирение, прилежание, кротость и открываются те недостатки, от которых человек должен избавиться. Учитывая то, что люди приезжают разные, с различными болезнями, в каждом монастыре есть специальный человек, который занимается такими вопросами. И каждому в индивидуальном порядке подбирают такое послушание, которое не нанесет ему физического вреда.

Но нужно также понимать, что не всё, что мы считаем нам противопоказанным, на самом деле таковым является.

Православный календарь на январь (новый и старый стиль)

- 2 января / 20 декабря** — Прав. Иоанна Кронштадтского
- 3 / 21** — Свт. Московского Петра, вся Россия чудотворца
- 6 / 24** — Навечерие Рождества Христова (Рождественский сочельник).
- 7 / 25** — Рождество Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа
- 13 / 31** — Отдание праздника Рождества Христова
- 14 / 1 января** — Обрезание Господне. Гражданский Новый год по старому стилю
- 15 / 2** — Преставление и второе обретение мощей прп. Серафима, Саровского чудотворца
- 18 / 5** — Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник)
- 19 / 6** — Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа
- 25 / 12** — Мц. Татианы и с нею в Риме пострадавших
- 27 / 14** — Отдание праздника Богоявления. Равноап. Нины, просветительницы Грузии.

Сюрприз!

К праздникам всегда хочется сделать близким что-то приятное, например, порадовать их каким-нибудь сюрпризом. Звезды не исключение. Правда, иногда их подход к этому делу, как бы сказать, чересчур креативен...



Известный футболист и завидный холостяк Криштиану Роналду в канун Рождества решил порадовать свою возлюбленную красавицу Ирину Шейк шикарным подарком и приобрел на ее имя особняк стоимостью в семь миллионов евро. Кстати, чтобы найти этот подарок, по его мнению, достойный знаменитой подруги, звезде футбола пришлось потратить несколько месяцев. Выбор был тщательный и осознанный, поэтому Криштиану был очень доволен и горд. Получив такой дорогой подарок, Ирина была на седьмом небе от счастья, но эйфория закончилась, когда она узнала о настоящем сюрпризе: за дом актрисе пришлось уплатить зную сумму в виде налога, которая превышала 20% всего ее состояния! Вот это подарок!



Актер Роберт Паттинсон привык получать от своих фанаток сердечки с признаниями в любви, но однажды его поклонница преподнесла ему в подарок... тысячу зубочисток. Почему? Как прокомментировал этот дар сам актер, «наверное, она запомнила, как в одном интервью я рассказал, что пытаюсь бросить курить, и когда мне очень хочется затянуться сигареткой, я достаю зубочистку и начинаю ковырять в зубах, чтобы отвлечься от этих мыслей».



Нэрис Хилтон получила самый неожиданный подарок от своей ближайшей подруги Николь Ричи. «Представляете, на Рождество она не при-

думала ничего другого, как подарить мне... крысу!!! Мало того, она оказалась беременной и потом у нее родились крысята. Но к тому времени я успела ее полюбить, а малыши оказались очень миленькими, так что я оставила всех у себя и назвала в честь героев сериала «Беверли Хиллз, 90210». На следующий праздник я «отблагодарила» подружку и подарила ей в ответ мышку и сурка. Пусть делает с ними что хочет».



Самый неожиданный подарок актрисы Кейт Бэкинсейл получила однажды от своего отца. «Он подарил мне спиннинг. Я долго ломала голову, что это за штука такая и для чего она нужна, не понимая смысла папиного поступка. Когда я спросила его, он был просто шокирован: «Да ты что! Это же спиннинг!!!» Через некоторое время он повез меня на рыбалку и мы в принципе неплохо провели время, хотя я, конечно, ничего не поймала».



Далеко не все сюрпризы приносят радость, некоторые вызывают досаду или даже злость. Наверное, так произошло и с приятелем Орландо Блума, который однажды получил от актера лотерейный билет, который оказался выигрышным. «Счастливчик» едва ли не потерял рассудок, узнав, что стал обладателем миллиона долларов. Какого же было его разочарование, когда оказалось, что билет был фальшивый... Остались ли они после этого друзьями, история умалчивает.



Интересно, что хотел сказать своим рождественским подарком супруге знаменитый актер Уилл Смит? Однажды в канун праздника он преподнес ей целых девять... мусорных корзин! В интервью известному изданию он заявил, что «они ей очень понравились. К тому же, они нам были очень нужны в доме». Наверное, Джада Пинкетт Смит рассчитывала на нечто большее, чем корзины для мусора, ведь ее муж получил от нее на праздник сорок килограммов шоколада, который он очень любит. Лакомство стоимостью более десяти тысяч долларов было специально заказано в Швейцарии, а к нему прилагался сертификат на посещение стоматолога. Вот, уж, шутники!



Возлюбленная Леонардо Дикаприо «не поняла юмора», когда получила в подарок от актера простенькую машину среднего класса. Еще бы, ведь Блейк Лайвли привыкла ездить на дорогих статусных авто, а тут такой подарочек... Дело в том, что у Лео есть один «пунктик» — он очень озабочен состоянием окружающей среды, и поэтому водит машины только с гибридным двигателем. Вот и подарил своей пассии такую же, а о статусе и шике он не задумывался.



Екорее всего, не задумывается о том, сколько радости принесет подарок, и известная актриса Алисия Сильверстоун. Обладательница огромного состояния призналась, что всегда дарит близким наборы одноразовой посуды и салфеток из бумажных отходов. Свой выбор она объясняет заботой об окружающей среде, и, к тому же, «они всегда пригодятся в хозяйстве».



Естранные сюрпризы преподносят не только близкие и друзья. Пирс Броснан, например, так и не узнал, кто однажды прислал ему анонимный подарок. Раскрыв подарочную упаковку, актер долго ломал голову над тем, что представляла собой непонятная штука. Когда же он прочитал приложенную инструкцию, оказалось, что ему вручили не что иное, как прибор для определения пола цыпленка! Почему, зачем и кто — все эти вопросы так и остались без ответа... Наверное, «прикол» был в том, чтобы заставить актера мучиться над ними до конца жизни...



Вы бы обрадовались, получив в подарок приборчик для удаления волос из ноздрей? Вот-вот, эти же чувства испытала и Шарлиз Терон, когда это сде-

лал режиссер, который подарил сей предмет всем членам съемочной группы в качестве рождественского сувенира. «Я тогда подумала: «О, Боже! Ну зачем?!», — признается актриса.



Актриса Рене Зельвегер не долго думала, выбирая подарки для своей подруги, очень далекой от спорта. «Я купила ей шар для боулинга, хотя она вообще никогда в него не играла. Почему? Просто за подарками я пошла в спортивный магазин, и решила действовать по пути наименьшего сопротивления. Не играла в боулинг? Ну что ж, пусть поиграет!» А может, это и правильно? Вдруг ее подарок, хотя бы через какое-то время, заставит подругу приобщиться к спорту и подарит несколько приятных минут?



Вы бы хотели оказаться среди друзей или знакомых актрисы Кейт Бланшетт? Подумайте еще раз. Звезда признается, что любит удивлять своих близких подарочками в виде всякой нечисти — живых летучих мышей, гигантских тропических тараканов, ядовитых змей и ужасных скорпионов! «Не знаю, мне просто нравится смотреть, как все они шарахаются от этих невинных миленьких существ!», — объясняет актриса.

Что ж, какой бы выбор ни сделали эти дарители, не остается сомнений в том, что делали они это от души! К празднику же!

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ПЛЮС 10 ЛЕТ — ОПЫТ, МИНУС 10 — МОЛОДОСТЬ:

Егор ДРУЖИНИН И МИГЕЛЬ

Два известных танцора, модных хореографа, телевизионных соперника и, в то же время, единомышленника российского танцпола. Разница в возрасте у них ровно 10 лет: в пользу Егора Дружинина, если учитывать опыт, в пользу Мигеля, если рассчитывать на молодость.

ПОТОМСТВЕННЫЙ ХОРЕОГРАФ

Мама учила Егора бить чечетку везде, где выпадала свободная минутка: в переходе, в метро, на автобусной остановке — это была их игра, и ему нравилось повторять все более сложные чечеточные па.

А отец был расстроен, что сын не хочет заниматься танцами всерьез. Обидно, что он, Владислав Юрьевич Дружинин, известный ленинградский хореограф, работающий в театре им. Комиссаржевской, основатель и руководитель знаменитой студии пантомимы «Квадрат», не сможет передать сыну свои навыки, умение, секреты профессии. А ведь он многому мог бы научить Егора! И ведь у мальчика есть способности к занятиям танцем и физическое сложение просто идеально подходит! Но Егор с раннего детства вбил себе в голову, что станет актером. И стал известным уже в одиннадцать лет! Отец, который в принципе был против актерской профессии для сына, сам же предложил попробовать Егора своему другу, режиссеру Владимиру Аленикову, который никак не мог найти десятилетнего мальчика на главную роль в запуске им фильме «Приключения Петрова и Васечкина, обыкновенные и невероятные». После проб Егор уехал на все лето в пионерский лагерь, а когда вернулся, узнал, что на роль его утвердили, привезли прочесть сценарий, и вот-вот надо приступать к съемкам. Но тут юная будущая звезда детского отечественного кинематографа вдруг выставила ультиматум дяде Володе, другу папы, режиссеру-постановщику: «Сниматься буду при условии, что роль Васи Петрова будет играть мой друг Димка Барков». «Что ж, давай, зови на пробы своего друга». Дуэт получился настолько гармоничным, что режиссер, недолго думая, утвердил и Дмитрия Баркова.

После выхода фильма на телеэкраны друзья в одночасье стали популярными артистами, хотя в денежном эквиваленте это были сущие копейки — в СССР платить детям деньги не считали нужным. На улице их практически не узнавали, за автографами в очередь не выстраивались. Единственное, чем помог в жизни мальчишкам, по их словам, съе-

мочный процесс, так это законно прогнать школу и получать вместо троек четверки. Тем не менее, зрительский успех у картины был впечатляющим — это были мешки писем на Одесскую киностудию с просьбами снять продолжение. Буквально в следующем, 1984 году, на экраны выходят «Каникулы Петрова и Васечкина».

После окончания средней школы Егор поступил туда, куда мечтал с детства: в Ленинградский институт театра, музыки и кинематографии. А параллельно с учебой в вузе он вдруг решает начать обучение в балетной школе. И это в 18 лет! Поздновато всерьез заниматься танцем, считает отец, но когда Егор после осознания, что в балете проявить себя ярко не удастся, просит отца заняться с ним танцами профессионально, тот соглашается и принимает сына в свою студию.

В 1994 году Дружинин становится дипломированным актером драмы и кино. Начинает работать в петербургском ТЮЗе. Но театральные будни удовлетворения не приносят: занят он в основном на вторых ролях. Между тем, успехи в хореографии становятся все очевиднее, даже отец начинает хвалить сына. А Егор ставит цель: стать лучшим танцовщиком и хореографом страны. И тут отец снова засомневался, ведь все-таки много времени упущено в детстве. Егор решает уехать в страну, где начинать никогда не поздно, в Америку, в Нью-Йорк, и поступает в престижную школу знаменитого хореографа Элвина Эйли.

«Я слишком хорошо отдавал себе отчет в том, что очень взрослый для того, чтобы пытаться подвинуть кого-то на танцевальном поприще в Америке. Я не думал о карьере, я думал только о навыках, о практике и о работе, о возможности сказать себе, что ты смог сделать то, к чему всю жизнь стремился», — так он рассуждал в двадцать три года. И впахивал по полной: до семи потов на занятиях, а после, чтобы было на что жить — на автомойке, посудомойщиком, грузчиком, официантом. «Я упорно, как осел, пытался прийти к тому, чтобы научиться танцевать и именно танцами зарабатывать на жизнь», — вспоминает Егор. Цели он достиг: через какое-то время его заметил и пригласил в свою

группу руководитель данс-квинтета комедийного клуба «Канотье». Здесь Дружинин был не только танцовщиком, но проявил себя и как хореограф. Шесть лет в Америке он набирался мастерства и уверенности в себе, а в 2000-м вернулся в Россию.

Возвращение спровоцировало беременность его любимой жены — актрисы Вероники Ицкович. Они познакомились в институте, когда им было по 16 лет, через несколько лет поженились. Танцы были их общей темой, ведь прежде, чем поступить на актерский, Вероника, кстати, двоюродная сестра Николая Цискаридзе, окончила хореографическое училище в родном Тбилиси. Когда Егор отправился в Америку, Вероника ждала его в Питере, и как только Егор более или менее встал на ноги, получив постоянную работу в клубе, он перевез через океан и жену. Когда же подходило время Веронике рожать, молодая семья решила: пора возвращаться, дочка должна родиться в России. Малышка Александра появилась на свет у счастливых Егора и Вероники в Санкт-Петербурге, где чуть позже родились и два ее братика: Тихон и Платон. Семейство Дружининых считается показательным в мире отечественного шоу-бизнеса, или, лучше сказать, в мире искусства. Хотя однажды и пытались в желтой прессе приписать наставнику Дружинину роман с участницей его команды Юлианой Бухольц, но информация оказалась сплетней.

Первым местом работы по возвращении на родину стал небольшой, но талантливый танцевальный коллектив — визитная карточка роскошного питерского ресторана «Валхалл», где он стал хореографом. Об эффектных постановках Дружинина ходили легенды, там же Егор ставил яркие шоу для многих эстрадных звезд, выступавших в этом заведении. В 2002-м его пригласили в танцевальную труппу знаменитого мюзикла «Чикаго». После «Чикаго» Дружинин ставит самые известные в России мюзиклы «Двенадцать стульев», «Кошки», «Продюсеры» (за который получил «Золотую маску»), «Любовь и шпионаж». А в 2004-м «круто попадает на ТВ» — на три



сезона становится педагогом-хореографом на «Фабрике звезд». В перерывах Дружинин снимается как актер в сериалах, ставит в качестве режиссера нашумевший в столице спектакль «Всюду жизнь», как хореограф успешно сотрудничает с театром им. Ермоловой.

Настоящая слава пришла к Егору, когда в 2014 году он стал членом жюри и наставником в шоу «Танцы» на канале ТНТ. Этот популярнейший на отечественном телевидении проект собирает огромную аудиторию зрителей.

И тут, неожиданно для всех, Егор уходит из проекта.

«Мое участие бессмысленно до тех пор, пока мы вынуждены мириться со зрительским голосованием, которое представляет собой для наставников лотерею вслепую. В конце каждого сезона я чувствую себя опустошенным и выжатым, как лимон. Приходится тратить время на восстановление, а его нет. Ситуация соревнования явно не для меня. Не могу бесстрастно принимать решения по уходу участников, когда с ними работаю. К каждому прикипаешь. Мое решение, как ни объясняй, — удар для них. Не хочу больше их ранить. Не хочу ранить себя».

12 марта 2017-го Дружинину исполнилось сорок пять, а накануне юбилея он сменил дислокацию: теперь Егор — член жюри шоу «Танцуют все!» на канале «Россия». Причиной могла быть и банальная обида: его подопечные выиграли только в первом сезоне, а в последующих двух побеждал другой наставник, соперник Егора по проекту — Мигель.



ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ РИТМЫ — В КРОВИ

Рассказывают, что на Кубе можно увидеть, как какой-нибудь прохожий в отличном настроении вдруг пройдет несколько шагов в танцевальных па и тут же к нему присоединяются окружающие, а через пять минут танцует уже пол-улицы пешеходов. Чувство ритма и любовь к танцу у них в крови.

Мигель — кубинец наполовину. Его отец — Мигель Фернандо Чамблен Месса, — и рожденный 21 июля 1982 го-

да в микрорайоне Подрезково города Химки Московской области Сергей Мигельевич Шестеперов семнадцатью годами позже взял сценический псевдоним в его честь. Его русская мама и отец, кубинский офицер, приехавший в СССР на учебу, прожили вместе 3 года, столько же исполнилось их сыну Сереже, когда Мигелю Фернандо подошло время отправляться за океан, на родину, под знамена Фиделя Кастро. Офицер иностранной, пусть даже дружественной армии, остаться в СССР не имел права.

Так интернациональная семья была разбита, и чернокожий мальчик воспитывался мамой и бабушкой в Подмоскowie в эпоху начала перестройки. Мальчику приходилось нелегко. Однажды, протестуя против очередной несправедливости в классе, Серега Шестеперов приколот октябрятскую звездочку на штаны сзади, ниже пояса. За такое святотатство его исключили из школы, и маме пришлось перевести сына в новую для того времени негосударственную школу «Гармония».

Когда через 33 года Мигель-старший, найденный через Интернет Мигелем-младшим, приехал в Россию и ровно месяц жил у бывшей жены и сына, ему рассказали много интересных историй про его отпрыска, который с детства решил связать свою жизнь с танцем. Он увлекся балетом всерьез с тех пор, как в четыре года увидел по телевизору балет «Жизель». Свою первую постановку — «Лебединое озеро» для двух исполнителей, но в четырех актах — Сережа осуществил в пять лет. В ролях — он и подружка Маша, зрители — мама, бабушка и соседи. С пятого по восьмой класс Шестеперов посещал детскую школу хореографии «Фуэте» и, окончив два последних класса экстерном, поступил в хореографическое училище при Большом театре, хотя понимал, что классический танец — не его путь. Решил заняться современным танцем: его кумир — Майкл Джексон, а мечта — создание своего уникального направления. Чтобы получить навыки постановщика, Сергей поступил на хореографическое отделение Московского института культуры.

В 1999 году в России запускали бродвейский проект — мюзикл «Метро», проходил кастинг и для балетной группы. Сергей успешно его прошел и стал солистом балета в этом проекте. Потом его пригласили в музыкальный проект «Нотр-Дам де Пари», где он танцевал два года. Следующий мюзикл в его жизни — «Ромео и Джульетта», и тут он уже приглашенная звезда. Правда, за опоздания на репетиции его скоро выгнали,

но горевать он не собирался, а сменил амплуа: прошел отбор в пугачевскую «Фабрику звезд 5» и стал не только финалистом телешоу, но и известным всей стране Мигелем.

Известность принесла ему массу разнообразных предложений, и его мечта создавать нечто необычное сбылась.

Он становится постановщиком модных презентаций, концертов, фестивалей, хореографии для клипов Меладзе, Розенбаума, Зары, для кинокомедий

«Гитлер, капут!», «Весельчаки», «Ржевский против Наполеона», работает вместе с Гур-

ченко над ее последним фильмом «Легенда. Людмила Гурченко».

Работает хореографом-постановщиком

нескольких цирковых проектов, а грандиозное танцевальное телешоу,

одним из идейных вдохновителей, главным хореографом и музыкальным

продюсером которого был Ми-

гель — «Майдан's» — официально занесено в Книгу рекордов Гиннесса как самый масштабный и массовый проект в мире. Он продюсирует музыкальную группу «Нереальные пацаны», а на «Первом канале» выступает режиссером-постановщиком популярного проекта «Один в один», шоу «Универсальный артист» и реалити-телешоу «Хочу в ВИА Гру».

35-летний Мигель все еще холост. Просто сил не остается на личную жизнь. Был у него совместный «официальный» фотопроjekt с певицей Натальей Гордиенко, где они фотографировались в свадебных нарядах. Но это — только проект. И если Мигель выкраивает недельку для отдыха, то предпочитает делать это в одиночестве, на Мальдивах наедине с морем и Playstation.

В 2014-м вместе с Егором Дружининым он стал наставником и членом жюри в «Танцах на ТНТ», и после победы его подопечных участники проекта отправляются в грандиозный гастрольный тур — 120 городов, по России, странам СНГ и ближнему зарубежью. А режиссер и хореограф этого тура — Мигель. Он мечтает поставить детский мюзикл по особой технологии, уже им придуманной. Мигель вообще считает, что все должно делаться по высшим мировым стандартам: «Чтобы сделать крутое шоу, нужны три главных атрибута: изначально хороший материал, профессиональная придирчивость создателей и талантливый режиссер. Я точно знаю, что откажусь от участия в проекте, основанном на российской поспе. Я понимаю, что спрос рождает предложение, но если следовать желаниям и ожиданиям зрителя, то потеряется момент волшебства. А искусство должно быть волшебным».

Подготовила Мария ПЕТРОВА



В последнюю ночь уходящего года она сидела за скромным праздничным столом и смотрела на огонек зеленой свечи. Кажется, чуть ли не вчера тоже была новогодняя ночь, так же горела свеча... Правда, тогда она была не одна, напротив сидел сын Коля. Когда пробили куранты, они открыли шампанское, чокнулись, поздравляли друг друга, выпили. И сын убежал к друзьям. У нее хороший сын, заботливый. Ему не терпелось уйти к друзьям, но он не оставил мать в одиночестве. Потому что в их семье было заведено Новый год встречать дома. Сначала их было трое: муж, она и сын. Потом осталось двое. А сегодня она за столом одна. Конечно, есть еще один член семьи — персидский кот Вася. Но он сидеть за столом категорически отказался. Вот и встречается она Новый год в семейном кругу, даже когда этот круг сузился до точки, и ждет боя курантов.

Звонок в дверь прозвучал так неожиданно, что она даже подскочила на стуле. Наверняка сосед Аркадий с пятого этажа. Он за вечер уже три раза к ней прибегал, одалживал то стулья, то тарелки, то вилки — гостей полно дом, а у нее все равно никого нет. Интересно, что он сейчас попросит?

За дверью стоял Дед Мороз, в красной шубе, отороченной белым мехом, в шапке, рукавицах, с мешком через плечо.

— С Новым годом! — пробасил Дед Мороз.

— Спасибо, — сдержанно ответила она, — и вас тоже. А я вас не заказывала.

— И слава богу, что не заказывали. Пожить-то еще хочется.

— Я вас не приглашала. Вам, должно быть, в квартиру напротив, там двое детишек. Или к Смирновым на пятый этаж, у них сегодня гости.

— Нет, милая, я не ошибся. Мне именно к вам. Войти-то можно?

Поколебавшись несколько секунд, она все же распахнула дверь:

— Входите.

— Я настоящий Дед Мороз, я вам известие принес, что Новый год уже в дороге и скоро будет на пороге! Вы чуда ждете? Чудо будет! Ведь Дед Мороз не позабудет: подарок каждому положен, заботливо в мешок уложен... — нараспев задекламировал Дед Мороз басом, едва переступил порог.

— Послушайте, как вас там, — перебила она, — повторяю: вы ошиблись адресом. Либо не в тот дом вошли, либо не в тот подъезд. Проверьте по заявке адрес. Вас там ждут, а вы меня тут стихами развлекаете.

— Дело в том, что я — самый настоящий Дед Мороз. И мои услуги

не нуждаются в оплате.

— Не порите чушь. Мне уже не пять лет, и через минуту будут бить куранты.

— А мы с вами вот тут, в прихожей, и встретим Новый год?

— Ах, черт! Действительно. Быстро в комнату! Надеюсь, хоть шампанское вы открывать умеете, дедуля? — не без схиства спросила она.

— Запросто! — выкрикнул Дед Мороз и, подобрав полы своей шубейки, рысью ринулся в зал.

Били куранты. Пенилось шампанское в бокалах. Они чокнулись, хором сказали друг другу: «С Новым годом!», выпили искрящийся шипучий напиток.

Тем временем, гость, не церемонясь, уже накладывал в тарелку салат оливье.

ленок? Вы бы еще предложили мне шапку снять, шубу скинуть, то есть обнажиться до майки, трико и носков. Что же тогда получится?

— Ничего хорошего. Вы что же, и рукавицы не снимете?

— Разумеется, нет.

— Делаю вывод, что вы вор или мошенник. Бойтесь руки показать, а они, наверняка, все в наколках, как бывает у рецидивистов. А замаскировались одеждой и бородой, чтобы я в полиции ваш фоторобот не смогла составить.

— Точно. Впрочем, мой фоторобот давно составлен и распечатан миллионными тиражами, им сейчас все стены и витрины оклеены, все газеты, журналы, а также праздничные открытки. К тому же его регулярно демонстрируют по телевизору. Так что с этим проблем

алую розу в золотом целлофане, которую торжественно преподнес ей.

— Надо же, и в самом деле подарки, — улынулась она, принимая розу.

— А вы что думали, у меня там дубинка и наручники? Вот вам мандаринчик.

Она взяла мандарин, понюхала душистую кожицу. С детства Новый год у нее ассоциировался с запахом мандаринов и хвои.

— А что это вы так внимательно мандарин разглядываете? — поинтересовался Дед Мороз.

— Да, вот, смотрю, нет ли на коже следов от шприца. Вдруг вы в него снотворное впрыснули? Съем фрукт, засну, проснусь первого января, а квартирка обчищена. А-а, была не была, съем ваш мандарин. Но только после вас.

Мандарины были сладкими, сочными и ароматными.

— Из Испании? — спросила она.

— Из Лапландии, — уточнил он.

Пили чай с домашним печеньем. Зеленая свеча горела, а в хрустальной вазе посередине стола сияла в золотом целлофане красная роскошная роза. Было уютно, празднично и немного грустно.

— Вот и год Собаки наступил, — размышлял вслух Дед Мороз. — Китайцы очень любят и почитают это животное. В Китае считается, что люди, рожденные в год Собаки, отличаются собачьей верностью, преданностью, дружелюбием...

— Ну, не знаю. Собаки бывают очень злыми и агрессивными. К тому же, астрологи предсказывают всякие природные аномалии и катастрофы: смерчи, наводнения, ураганы...

— А вы и поверили! Подумаешь, астрологи... Я, главный волшебник, говорю вам, что все это чушь собачья. Вы же умная женщина, с университетским образованием...

— Стоп! Тихо! Прокрал у вас, дедулька! Откуда вам известно про мое образование, а?

— Так я, это... вообще имел в виду...

— Не врать! В глаза смотреть! Вы не сказали «высшее», вы сказали «университетское», а это совсем не одно и то же. Стало быть, вы точно проинформированы, что я окончил именно университет. По наводке работаете, Дедушка Отморозушко?

Он вздохнул, развел руки в красных рукавицах, опустил седую головушку:

— Ваша правда. По наводке.

— И кто наводчик? Ответить быстро!

— Ваш сосед.

— Это который? Смирнов, что ли, с пятого этажа?



— Это вам. А мне тарелочку? Бокал запасной поставили на стол, а тарелочку не приготовили. Я бы тоже не отказался от салатика.

— А тарелок нет. Сосед все тарелки забрал — для гостей. Вот — последняя.

— Это не беда. Давайте я буду прямо из салатницы есть. Не возражаете?

— Да чего там, не церемоньтесь, — махнула она рукой. — Однако гость мне достался... ест из салатницы, за столом сидит в шубе, по квартире ходит в валенках.

— Эх, женщина! Романтика вам чужда, похоже, — весело басил гость. — Что за Дед Мороз без ва-

не будет.

— Ладно. Как говорят в Думе, прекращаем прения. Негоже Новый год начинать с перепалки. Кушайте, дедушка, салат, не стесняйтесь. Впрочем, последнее слово явно лишнее, вы и так, я смотрю, чувствуете себя как дома. Вот пирожки с капустой и мясом.

— Вот спасибо. Обожаю пирожки, особенно с капустой и мясом. А вот и моя лепта в совместную трапезу, — Дед Мороз вынул из мешка и выложил на стол огромный пакет с мандаринами, коробку «Птичьего молока», три плитки шоколада, еще одну бутылку шампанского и даже живую

— Да нет, не Смирнов. Это Пал Палыч из шестидесятой квартиры.
— Не может быть! — изумилась она. — Пал Палыч — такой милый, приятный человек...
— И что с того? Такие вот приятные и милые — самые отъявленные. Скажу по секрету, Пал Палыч — главный организатор нашей банды.
— Но ему на днях стукнуло 87 лет!
— И что с того? Это он с виду такой дряхленький. Видели бы вы, как этот божий одуванчик в совершенстве приемами восточного единоборства владеет, да из маузера в десяточку со спины с закрытыми глазами шлет. Вот и к вам сюда заслал. Дамочка, говорит, одинокая, безмужняя, сынок в армии сейчас служит, кот кастрированный, то есть не мужик, сопротивление не окажет. Вот я и явился к вам. А попробуй не прийти — мигом шею мне свернет! У нас дисциплина похлеще, чем в армии.
— А что он еще сказал про меня?
— Что деньги и драгоценности хранятся в шкапулке в верхнем ящике комода. Разрешите проверить? — с этими словами Дед Мороз-бандит подошел к комоду, выдвинул ящик, вынул деревянную резную шкапулку.
— Да какие там драгоценности, — отмахнулась она, — так, мелочь: колечко обручальное, цепочка, де-

шевенькая бижутерия, да денег четыре сотни.
— М-да. Не густо.
— Так что надул вас ваш вожак. И все же я не могу поверить, что это Пал Палыч.
— А давайте сходим к нему! Прямо сейчас! Спросите его сами.
Они взяли с собой мандарины, бутылку шампанского и нераспечатанную коробку «Птичьего молока».
Пал Палыч дверь открыл сразу. Удивленно прищурился на Деда Мороза, заулыбался приветливо соседке, узнав ее.
— Томочка, деточка, с Новым годом!
— И вас с Новым годом, Пал Палыч! Вот решили заглянуть к вам на минутку, поздравить. Не помешали?
— Что ты, милая! Я очень рад. Такая приятная гостья, да еще и с Дедом Морозом! А то я все один да один. Входите.
Прошли к столу, выложили свои гостинцы. Тамара по просьбе хозяйина достала фужеры. Выпили по бокалу шампанского. Съели по мандаринке. Замаскированный под Деда Мороза бандит кивнул ей: спрашивай, мол. Но у нее язык так и не поворачивался.
Вернувшись домой, она расстелила на столе салфетку, переложила в нее из шкапулки золотую цепочку, четыреста рублей, янтарные

бусы и металлическую заколку для волос, аккуратно сложила концы, протянула Деду Морозу: «Возьмите. Чем богаты».
— А кольцо?
— Кольцо не дам. Это память. Возьмите сами еще, что вам надо. Только кольцо не дам, альбом с фотографиями сына и Ваську.
— Какого Ваську?
— Кота моего.
— Его же Оккупантом зовут.
Она застыла. Медленно подняла голову и впилась взглядом в глаза Деда Мороза. Он смешался, отвел глаза.
— Вася, ты?
— Ну, я...
— Эх, ты! Вот как, значит. Знаешь, кто ты после этого? Оборотень в бороде.
Она резко повернулась, ушла на кухню, плотно закрыв за собою дверь, и налила себе кофе. Вошел он и покаянно встал перед нею.
— А можно и мне кофейку?
Она равнодушно пожала плечом. Он налил себе кофе, сел за стол напротив нее. Пили молча. Молчание было тягостным.
— Так зачем же ты пришел, Вася? Да еще в таком обличье?
— На тебя посмотреть.
— Я не Джоконда, чтобы на меня смотреть.
— Ты — лучше.
— Вон как заговорил. Два года назад говорил совсем другое.

— Дурак был.
— Сейчас поумнел?
— Поумнел.
Опять повисло молчание.
— Зачем Оккупанта в Ваську переименовала? Мне в отместку?
— Да чтобы хоть имя твое со мною осталось. Чтобы было кого Васей окликнуть. Был рядом дорогой человек с дорогим мне именем. А потом сразу — раз — и нет ничего: ни человека, ни имени... Как ты жил это время, Вася?
— Плохо. Тома. Очень плохо. Так плохо, что чуть себя не порешил. А вчера подумал: пойду, хоть посмотрю на нее. Как она? Счастлива ли? Спокойна? Захотелось услышать, увидеть, поговорить. А чтобы не прогнала, переоделся Дедом Морозом... Знаешь, я в последнее время о будущем стал задумываться. И понял, что не важно, какое оно будет, важно, чтобы в нем была ты. Ты и Коля. А если вас там нет, то и будущего нет. Прости меня. Нет мне жизни без тебя. Ты — мое единственное солнце...
Он говорил и говорил. Она кивала в такт его словам, но не слушала его. Слушала песню по радио: «Счастье вдруг... в тишине... постукалось в двери. Неужель ты ко мне? Верю и не верю. Падал снег, плыл рассвет, осень моросила. Столько лет, столько лет где тебя носило?...»

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Хотите получать нашу газету регулярно?

Заполните подписной купон: отметьте месяцы, на которые вы решили подписаться, а также укажите свои фамилию, имя, отчество и почтовый адрес. Вырежьте бланк из газеты и поспешите в ближайшее почтовое отделение.

ВЕСТА

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ на газету		60672									
		(индекс издания)									
«Веста-М»		Количество комплектов:									
на 20 год по месяцам:											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда											
(почтовый индекс)				(адрес)							
Кому											
				(фамилия, инициалы)							

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА		на газету		60672							
				(индекс издания)							
«Веста-М»		Количество комплектов:									
на 20 год по месяцам:											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда											
(почтовый индекс)		(адрес)									
Кому											
		(фамилия, инициалы)									

ВСТРЕЧАЕМ ГОД ЖЕЛТОЙ ЗЕМЛЯНОЙ СОБАКИ

Новый Год — всегда долгожданное и волнующее событие, связанное с мечтами, надеждами и новыми планами. Хозяевами наступающего года будут Желтая Земляная Собака и планета Венера. Желтая Собака вступит в свои права 15 февраля 2018 года в 0 часов 6 минут по московскому времени.

Желтая Собака любит веселые компании, общительных и радужных людей, но обожает свой дом и своих хозяев. Встречать Новый год желательно дома в кругу родных и верных друзей.

Новый год можно встречать и в кругу друзей — дома, в ресторане, на природе... Однако не забывайте, что на новогоднем празднике будет присутствовать и хозяин уходящего года — Красный Петух. Поэтому во всем нужно знать меру и соблюдать осторожность. Помните, Красный Петух — это огненная стихия. Будьте осторожны с огнем, свечами и фейерверком.

Фигурку или изображение собаки на елку не вешайте. Ее можно поставить под елку или разместить на столе, как бы в кругу семьи.

Если в вашем доме живет собака, нарядите ее, пристегнув к ошейнику красивый бант или жабо. Не забудьте сделать ей новогодний подарок. Купите новую подстилку или игрушку. Если собака содержится в конуре, сделайте в месте содержания собаки генеральную уборку, а домик-конуру празднично украсьте. Попросите Собаку хорошо охранять ваш дом, семью и ваше добро от всяких невзгод.

Цвета скатерти и салфеток на новогоднем столе должны быть яркими, солнечными, создающими праздничное настроение. Сервировать стол можно любой красивой посудой. На стол поставьте три свечи: желтую, зеленую и золотистую. Под скатерть можно положить кусочек собачьей шерсти и денежку, чтобы в год Собаки деньги не утекали из дома, а прибывали.

Для новогоднего стола испеките пироги, приготовьте любимые блюда. Подавать на стол можно все. В этом году в новогоднюю ночь на столе должно быть много мясных блюд, не возбраняются и рыбные, различные салаты, холодные и горячие закуски, фрукты и зелень. Алкоголь не противопоказан, но в умеренных количествах.

Выбирая новогодние наряды, отдавайте предпочтение бежевым, светло-желтым, серебристо-коричневым, белым, палевым, розовым тонам. Не забывайте, что наступающий год будет не только годом Желтой Собаки, но и годом Венеры. Поэтому возможны и светло-зеленые, бирюзовые, голубые цвета. Старайтесь избегать темных тонов и черного цвета, так как черный — цвет стихии Воды, а Собака у нас Земляная.

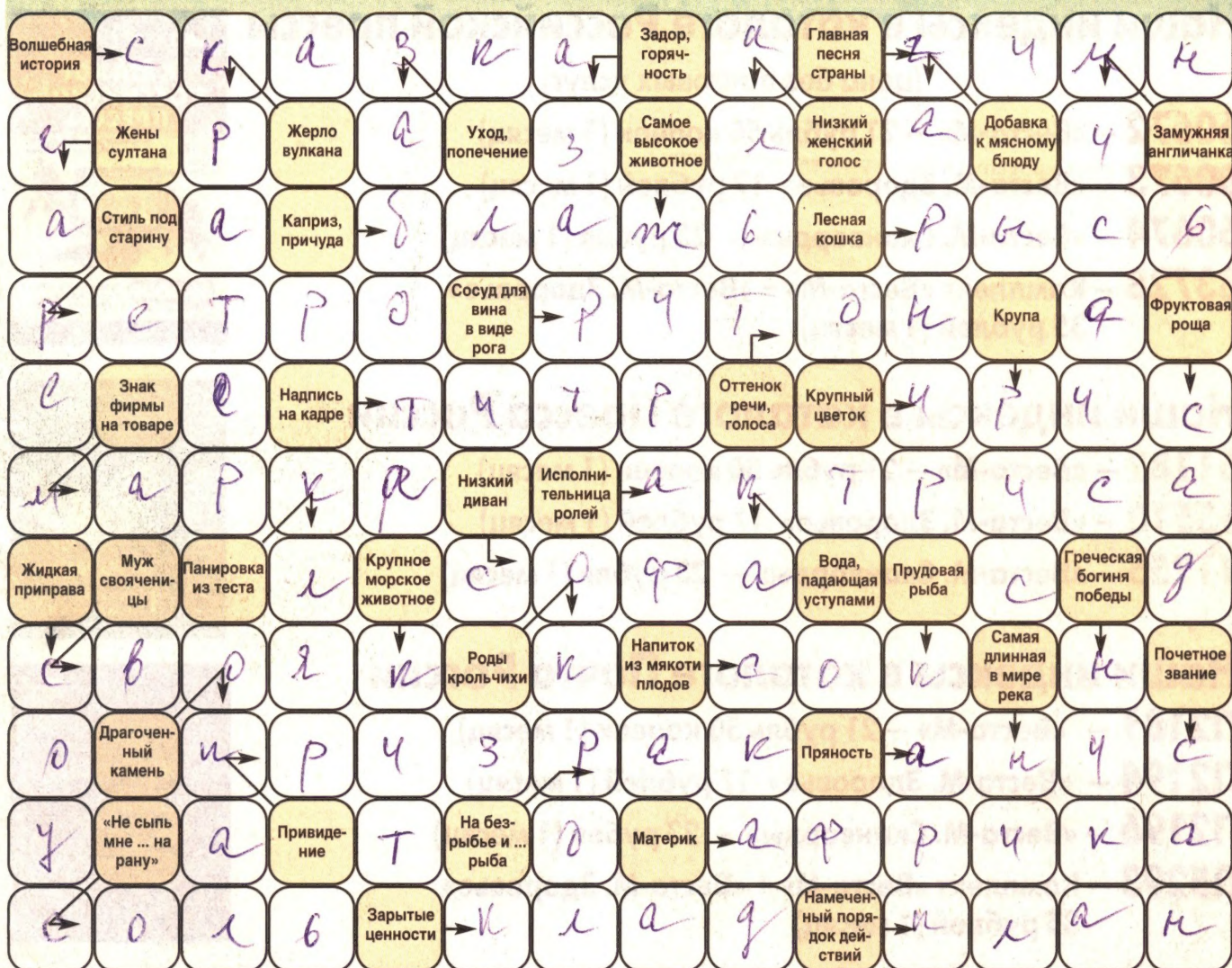
Уместны будут как длинные вечерние туалеты, так и эффектные мини-юбки, и яркие коктейльные платья. Наряды и аксессуары из кожи, рисунки и принты, особенно напоминающие хищников, не рекомендуются.

Мужчинам в этот Новый год не возбраняются костюмы, пиджаки, рубашки светлых тонов разных оттенков, но не черные.

СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 12



Ответы на сканворд № 11 по горизонтали: дока, корсаж, ответ, нахал, пикник, повелас, сутаж, небо, леди, азот, килт, коса, белка, орел, юбка, автор, закат, овес, уха, Анна, тираж.

По вертикали: купол, безе, фрикадельки, анис, каюта, джакузи, локон, коала, трава, ложа, ласт, оттенок, лето, тур, кебаб, сноха, софа, раж.



Дамы, посмеемся!

Житейские истины женщины

- Мне бы колечко... А то пальчики мерзнут.
- Худею на трех диетах — двумя не наедаюсь.
- Я как кабриолет: такая классная, а крыши нет!..
- Самый лучший секс с тем, с кем хорошо и без секса.
- Мы бабы сильные: и мусор вынесем, и мозг, если нужно!
- Женская народная забава: сама придумала, сама обиделась.
- Я как шампанское: могу быть игривой, а могу и в голову

вудать...

■ Иногда мужа от меня трясет — все-таки я потрясающая женщина!

■ Когда уже научатся проводить свет в женские сумки? Очень надо!

■ Сегодня утром пока красилась, 5 раз в обморок падала от своей красоты...

■ Так хочется быть слабой женщиной, но, как назло, то кони скажут, то избы горят...

■ В принципе, женщина может и промолчать, но дело в том, что у женщины нет такого принципа.

■ Женщина должна быть любимой, счастливой, красивой! А больше она никому ничего не должна.

■ Он ест — я готовлю, он носит — я стираю, он разбрасывает — я убираю. И что бы я без него делала-то...

■ Женщина должна принадлежать тому мужчине, который решит все ее проблемы, а не создаст новые.

ПОДПИСКА 2018

первое полугодие

Наши индексы в каталоге Российской прессы

(цена без почтовых услуг)

- 60672** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
60673 — «Веста-М. Здоровье» 17 рублей (1 месяц)
60674 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)
83728 — Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье»
35 рублей (1 месяц)



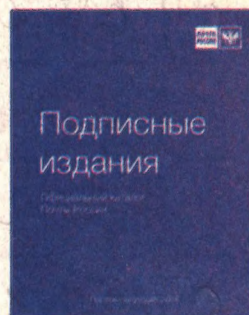
Наши индексы в каталоге Пресса России

- 51182** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
15510 — «Веста-М. Здоровье» 17 рублей (1 месяц)
11255 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)



Наши индексы в каталоге Почта России

- П2181** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
П2194 — «Веста-М. Здоровье» 17 рублей (1 месяц)
П2196 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)
П5293 — Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье»
35 рублей (1 месяц)



Оформить подписку на газету «Веста-М» можно, не выходя из дома, через Интернет-магазины, в том числе на электронные версии!



на сайте <http://vipishi.ru> выпиши.рф
или на сайте <https://podpiska.pochta.ru/>



В строке «Поиск» напишите «Веста-М».
Выберите период, в течение которого желаете получать газету.
Заполните строки «Адрес» и «ФИО».
В графе «Доставка» выберите, где Вам удобней получать газету.
Выберите способ оплаты.



А также можно читать газету он-лайн
(электронную версию) на pressa.ru.

Выберите в разделе «Поиск» «Веста-М» и оплачивайте любым доступным для Вас способом.

Для пользователей iPad: установите на свой iPad приложение Pressa.rureader, подписывайтесь на сайте, а читайте на iPad.

